

¿Vive con **narcolepsia**?

¿La somnolencia diurna
excesiva **TODAVÍA** sigue
interfiriendo en su vida?

Usted, todavía...



¿lucha por mantenerse despierto y alerta durante todo el día?



¿siente una necesidad constante de dormir que no se la puede quitar?



¿tiene probabilidades de quedarse dormido en situaciones cotidianas, como cuando está en el trabajo o cuando anda en coche?



¿se levanta descansado, pero no le dura?

Si ha respondido “sí” a alguna de estas preguntas...

Rellene la escala de somnolencia de Epworth en la página siguiente para ayudarlo a hablar con su proveedor de atención médica sobre su nivel de somnolencia durante el día y cómo esto podría estar afectándolo todavía.

Para obtener más información, visite LivingWithNarcolepsy.com

¿Vive con narcolepsia?

Complete la escala a continuación para ayudar a medir su nivel habitual de somnolencia durante el día.

Escala de somnolencia de Epworth (ESS)

La ESS mide la probabilidad de que se sienta cansado o se duerma en las siguientes situaciones, en comparación con sentirse cansado simplemente. Hace referencia a su forma de vida habitual en los últimos tiempos. Aunque no haya hecho algunas de estas cosas recientemente, intente averiguar cómo lo habrían afectado.

Utilice la siguiente escala para elegir el **número más adecuado** para cada situación:

0 = ninguna probabilidad de somnolencia 1 = probabilidad pequeña de somnolencia 2 = probabilidad moderada de somnolencia 3 = probabilidad alta de somnolencia

Es importante que responda a cada pregunta lo mejor que pueda.

Situación	Probabilidad de somnolencia (marque con un círculo)			
 Estar sentado y leer	0	1	2	3
 Ver la televisión	0	1	2	3
 Estar sentado, inactivo en un lugar público (p. ej., en un teatro o una reunión)	0	1	2	3
 De pasajero en un coche durante una hora sin descanso	0	1	2	3
 Estar recostado para descansar por la tarde cuando las circunstancias lo permiten	0	1	2	3
 Estar sentado y hablar con alguien	0	1	2	3
 Estar sentado tranquilamente después de un almuerzo sin alcohol	0	1	2	3
 En un coche, mientras se detiene durante unos minutos en el tránsito	0	1	2	3
Puntuación total:				

Comente su puntuación total con su proveedor de atención médica.

Fuente: ESS © MW Johns 1990-1997. Usado bajo licencia. Murray W. Johns. A new method for measuring daytime sleepiness: the Epworth Sleepiness Scale, Sleep, 1991; 14 (6): 540-545. Información de contacto de ESS y permiso de uso: Mapi Research Trust, Lyon, Francia, <https://eprovide.mapi-trust.org>



El nombre y logotipo de Harmony Biosciences son marcas comerciales registradas.

© 2023 Harmony Biosciences. Todos los derechos reservados.

US-NAR-2400015/Mar 2024