

Questionnaire de «SOMNOL-ENFANCE»

pour le dépistage de la somnolence excessive chez l'enfant (Dr G Pérémarty, 2008).

Prénom :	Nom :	Date de naissance:.....
Date du test :	Traitement en cours	

Le questionnaire suivant est un outil destiné à évaluer le niveau général de somnolence chez l'enfant et l'adolescent.

Il est construit sur le modèle de l'échelle d'Epworth (bien validée chez l'adulte) qui recherche des signes de pression de sommeil excessive dans la journée.

Tâchez d'imaginer, parmi les huit situations çï dessous, la probabilité qu'aurait l'enfant de s'endormir:

0 = non, il ne somnolerait pas

1 = oui, il y a un petit risque pour qu'il somnole

2 = il lui arrive souvent de s'endormir

3 = il s'endort presque à chaque fois

- Assis l'après midi en train de lire ou de jouer calmement; 0 / 1 / 2 / 3
- Dans un transport pour un trajet de plus d'une heure; 0 / 1 / 2 / 3
- A l'école pendant une séance de relaxation ou une projection de film; 0 / 1 / 2 / 3
- A l'école, pendant une récréation ou une punition; 0 / 1 / 2 / 3
- Allongé pour une sieste dans l'après midi; 0 / 1 / 2 / 3
- Le matin, à l'heure de se lever pour aller à l'école; 0 / 1 / 2 / 3
- Assis comme passager , plus de 20 mn dans le trajet de l'école (aller ou retour); 0 / 1 / 2 / 3
- Tranquillement assis au milieu d'un groupe; 0 / 1 / 2 / 3

Calculez le score :

Un score supérieur à 10 est le témoin d'une souffrance et il se peut que l'enfant soit sans le savoir, pénalisé par un trouble du sommeil. Vous devez discuter de ce résultat avec votre médecin.

L'établissement d'un **agenda Veille-Sommeil** pendant quelques semaines peut vous aider à identifier certains comportements qui pourraient contribuer à cette somnolence excessive. (méséestimation du temps consacré au sommeil ou horaires trop irréguliers).

En fonction de ces observations, il peut s'avérer nécessaire de pratiquer un **enregistrement polygraphique** dans un laboratoire du sommeil.