



Dott. Biagio Ciccone
NEUROFISIOPATOLOGO

Insomnia Severity Index

Rispondi a tutte le domande e somma i punteggi per scoprire se soffri di insonnia

1. Valuti la gravità nelle ultime 2 settimane dei suoi problemi di insonnia

	NO	Lieve	Media	Grave	Molto grave
a. Difficoltà ad addormentarsi	0	1	2	3	4
b. Difficoltà a restare addormentato	0	1	2	3	4
c. Risveglio troppo precoce	0	1	2	3	4

2. Quanto si sente soddisfatto/insoddisfatto del suo attuale sonno?

Molto soddisfatto	Soddisfatto	Neutro	Non molto soddisfatto	Molto insoddisfatto
0	1	2	3	4

3. In quale misura ritiene che il problema di sonno interferisca con la sua efficienza diurna? (per esempio affaticamento diurno, capacità di svolgere lavoro/faccende di casa, concentrazione, memoria, umore, ecc.?)

Per nulla	Un po	Abbastanza	Molto	Moltissimo
0	1	2	3	4

4. Quanto pensa che il suo problema di sonno sia evidente agli altri, in termini di peggioramento di qualità della sua vita?

Per nulla	Un po	Abbastanza	Molto	Moltissimo
0	1	2	3	4

5. Quanto si sente preoccupato/a – stressato/a a causa del suo attuale problema di sonno?

Per nulla	Un po	Abbastanza	Molto	Moltissimo
0	1	2	3	4

TOTALE = _____



Dott. Biagio Ciccone
NEUROFISIOPATOLOGO

Insomnia Severity Index

Istruzioni: il punteggio totale va da 0 a 28, sommare tutti i 7 punteggi
(compreso 1a, 1b e 1c)

da 0 a 7 punti



assenza di insonnia clinicamente
significativa

da 8 a 14 punti



insonnia al disotto della soglia clinica

da 15 a 21 punti



insonnia clinica di media gravità

da 22 a 28 punti



insonnia clinica grave

In caso di Insonnia di media gravità e di insonnia clinica grave è necessario rivolgersi ad un neurologo specialista per i disturbi del sonno per effettuare indagini più specifiche e valutare l'ipotesi di una terapia specifica.

Dott. Biagio Ciccone

Medico Chirurgo – Neurofisiopatologo

Ambulatorio Corso Europa, 32 - 80039 Saviano NA

Per prenotare chiama 334 7303062 dal lun al ven dalle 09:30 alle 12:30 e dalle 15:30 alle 19:00

ambulatorio@biagiociccone.it - www.biagiociccone.it