

Sleep Disturbance Scale for Children

Bruni et al. (1996) *Journal of Sleep Research*, 5, 251-261 ; Version française par Dr H. Caci

Ce questionnaire permettra à votre médecin de mieux comprendre le rythme veille-sommeil de votre enfant et ses éventuels troubles du sommeil. Répondez à chaque question en vous référant aux six derniers mois. Cochez une seule réponse par question. Merci pour votre collaboration.

1. Combien d' <u>heures</u> votre enfant dort-il la plupart des nuits ?	9 à 11	8 à 9	7 à 8	5 à 7	Moins de 5
2. En combien de <u>minutes</u> votre enfant s'endort-il après s'être couché ?	Moins de 15'	15-30'	30-45'	45-60'	Plus de 60'

	Toujours (tous les jours)	Souvent (3 à 5 fois par semaine)	Parfois (1 ou 2 fois par semaine)	Rarement (1 ou 2 fois par mois, voire moins)	Jamais
3. L'enfant est réticent à aller au lit					
4. L'enfant a du mal à s'endormir le soir					
5. Au moment de s'endormir, l'enfant est inquiet ou apeuré					
6. Lorsqu'il s'endort, l'enfant sursaute ou il a des secousses d'une partie du corps					
7. Lorsqu'il s'endort, l'enfant a des mouvements répétitifs comme se balancer ou se taper la tête contre quelque chose					
8. Lorsqu'il s'endort, l'enfant semble vivre ses rêves					
9. Lorsqu'il s'endort, l'enfant transpire excessivement					
10. L'enfant se réveille plus de deux fois dans la nuit					
11. L'enfant a du mal à se rendormir après un réveil nocturne					
12. Dans son sommeil, l'enfant a des mouvements brusques ou des secousses des jambes <u>ou</u> il change souvent de position pendant la nuit <u>ou encore</u> il jette les couvertures au pied de son lit.					
13. Pendant la nuit, l'enfant a des difficultés respiratoires					
14. Pendant son sommeil, l'enfant cherche son souffle ou est incapable de respirer					
15. L'enfant ronfle					
16. Pendant la nuit, l'enfant transpire de manière excessive					
17. Vous avez assisté à un épisode de somnambulisme de l'enfant					
18. Vous avez entendu l'enfant parler dans son sommeil					
19. Pendant la nuit, l'enfant grince des dents					
20. L'enfant se réveille en hurlant <u>ou</u> est confus au point qu'il est impossible de l'approcher mais, le matin venu, il se souvient de ces événements					
21. L'enfant fait des cauchemars dont il ne se rappelle pas le matin venu					
22. Le matin, l'enfant est inhabituellement difficile à réveiller					
23. Le matin au réveil, l'enfant se sent fatigué					
24. Le matin au réveil, l'enfant se sent incapable de bouger dans son lit					
25. La journée, l'enfant est somnolent					
26. L'enfant s'endort brutalement dans des situations inappropriées					

Grille de cotation

Troubles de l'installation ou du maintien du sommeil :	somme des items 1 à 5, 10 & 11
Troubles respiratoires pendant le sommeil :	somme des items 13 à 14
Troubles de l'éveil :	somme des items 17, 20 & 21
Troubles de la transition veille-sommeil :	somme des items 6 à 8, 12, 18 & 19
Somnolence excessive :	somme des items 22 à 26
Hypersudation :	somme des items 9 & 16
Score total :	somme des 26 items

Publié avec l'aimable autorisation du Dr Caci