

## Insomnia Severity Index (ISI)

1. Valuti la gravità attuale della sua insonnia	Nessuna 0	Lieve 1	Moderata 2	Grave 3	Gravissima 4
a. Gravissima	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Difficoltà a mantenere il sonno	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Problema di risveglio precoce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Quanto è attualmente soddisfatto / insoddisfatto del suo sonno?	Molto soddisfatto 0	Un po' 1	Abbastanza 2	Molto 3	Molto insoddisfatto 4
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Quanto ritiene che i suoi problemi del sonno interferiscono con la sua capacità di funzionamento diurno? (ie. Affaticamento, efficienza lavorativa, faccende quotidiane, concentrazione, memoria, umore, ecc)	Per niente 0	Un po' 1	Abbastanza 2	Molto 3	Moltissimo 4
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Quanto pensa che gli altri notino il suo problema del sonno in termini di peggioramento della qualità di vita?	Per niente 0	Un po' 1	In parte 2	Molto 3	Moltissimo 4
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Quanto è preoccupato/angosciato rispetto al problema attuale?	Per niente preoccupato 0	Un po' 1	In parte 2	Molto 3	Moltissimo 4
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Valutazione punteggio ISI

Punteggio 0-7 > Insonnia non clinicamente significativa

Punteggio 8-14 > Insonnia sottosoglia

Punteggio 15-21 > Insonnia moderata

Punteggio 22-28 > Insonnia severa

*Elaborazione grafica di testo, rif. 2*

### Bibliografia

2. Castronovo V, et al. Neurol Sci. 2016;37(9):1517-24.