

GRILLE DE SUIVI DU SOMMEIL POUR LES NON PROFESSIONNELS

Nom de l'utilisateur _____

Date des observations _____ au _____
aaaa/mm/jj aaaa/mm/jj

Consignes pour la complétion

1. S'assurer d'avoir consulté les directives de l'infirmière;
2. Noter les informations demandées cochées ici-bas;
3. Adressez-vous à l'infirmière en cas de questionnement.

Informations à noter dans le tableau (seulement celles cochées par l'infirmière, ou selon ses directives)

- | | | |
|---|---|---|
| ☐ Heure du coucher (C) | ☐ Heure périodes de réveils soir et nuit (R) | ☐ Heure du lever (L) |
| ☐ Heure endormissement (E) | ☐ Heure éveil le matin (EV) | ☐ Cauchemar (CAU) |

	00h	1h	2h	3h	4h	5h	6h	7h	8h	9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h	20h	21h	22h	23h
Lun																								
Mar																								
Mer																								
Jeu																								
Ven																								
Sam																								
Dim																								

Commentaires pour l'infirmière

Nom de l'utilisateur : _____

Date des observations : _____ au _____
aaaa/mm/jj aaaa/mm/jj

Consignes pour la complétion

- 1. S'assurer d'avoir consulté les directives de l'infirmière;
- 2. Noter les informations demandées cochées ici-bas;
- 3. Adressez-vous à l'infirmière en cas de questionnement.

Informations à noter dans le tableau (seulement celles cochées par l'infirmière, ou selon ses directives)

- ☐ Heure du coucher (C)
- ☐ Heure périodes de réveillés soir et nuit (R)
- ☐ Heure du lever (L)
- ☐ Heure endormissement (E)
- ☐ Heure éveil le matin (EV)
- ☐ Cauchemar (CAU)

	00h	1h	2h	3h	4h	5h	6h	7h	8h	9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h	20h	21h	22h	23h
Lun																								
Mar																								
Mer																								
Jeu																								
Ven																								
Sam																								
Dim																								

Commentaires pour l'infirmière