

# Шкала IRLS-RS

## оценка степени тяжести синдрома беспокойных ног



Шкала разработана Международной исследовательской группой по изучению синдрома беспокойных ног (International Restless Legs Syndrome Study Group, IRLS-RS).

1. В целом, как бы Вы оценили дискомфорт в руках или ногах, обусловленный проявлениями СБН?	
4	Очень сильный
3	Сильный
2	Умеренный
1	Слабый
0	Дискомфорт отсутствует
2. В целом, как бы Вы оценили необходимость двигаться, обусловленную проявлениями СБН?	
4	Очень сильная
3	Сильная
2	Умеренная
1	Слабая
0	Такой необходимости нет
3. В целом, насколько при движениях уменьшается дискомфорт в руках или ногах?	
4	Нет облегчения
3	Легкое облегчение
2	Умеренное облегчение
1	Полное или практически полное облегчение
0	Симптомы СБН отсутствуют, и вопрос не имеет отношения ко мне
4. В целом, насколько тяжелым является нарушение сна, обусловленное проявлениями СБН?	
4	Очень тяжелое
3	Тяжелое
2	Умеренное
1	Легкое
0	Сон не нарушен
5. Насколько сильными являются усталость или сонливость, обусловленные проявлениями СБН?	
4	Очень сильными
3	Сильными
2	Умеренными
1	Слабыми
0	Усталости или сонливости нет
6. Как бы Вы оценили тяжесть СБН в целом?	
4	Очень тяжелая
3	Тяжелая
2	Умеренная
1	Легкая
0	СБН отсутствует
7. Как часто у Вас возникают проявления СБН?	
4	От 6 до 7 дней в неделю
3	От 4 до 5 дней в неделю
2	От 2 до 3 дней в неделю
1	1 день в неделю или реже
0	Не возникают
8. Если у Вас отмечаются симптомы СБН, то какова их длительность в среднем в течение дня?	
4	8 и более часов в сутки
3	От 3 до 8 часов в сутки
2	От 1 до 3 часов в сутки
1	Менее 1 часа в сутки
0	Симптомов СБН нет
9. В целом, насколько сильным является влияние проявлений СБН на вашу способность выполнять ежедневные дела, относящиеся к семейным, домашним, социальным, учебным или рабочим обязанностям?	
4	Очень сильным
3	Сильным
2	Умеренным
1	Слабым
0	СБН не оказывает влияния на мою повседневную активность
10. Насколько выраженным является расстройство настроения, обусловленное проявлениями СБН, например, агрессивность, депрессия, подавленность, беспокойство или раздражительность?	
4	Очень выраженным
3	Выраженным
2	Умеренно выраженным
1	Слабо выраженным
0	СБН не оказывает влияния на мое настроение

**После подсчёта суммы баллов оценивают степень тяжести заболевания:**

- 1-10 баллов – лёгкая
- 11-20 баллов – умеренная
- 21-30 баллов – тяжёлая
- 31-40 баллов – очень тяжёлая степень.