

ANNEXE 2 - TEST ANXIETE-DEPRESSION (HAD: HOSPITAL ANXIETY AND DEPRESSION SCALE)

"Ce questionnaire a pour but de nous aider à mieux percevoir ce que vous ressentez. Lisez chaque question et entourez la réponse qui convient le mieux à ce que vous avez ressenti au cours de la semaine qui vient de s'écouler. Donnez une réponse rapide : votre réaction immédiate est celle qui correspond le mieux à votre état."

A/ Je me sens tendu, énérvé

- la plupart du temps 3
 souvent 2
 de temps en temps 1
 jamais 0

D/Je me sens ralenti

- pratiquement tout le temps 3
 très souvent 2
 quelquefois 1
 jamais 0

D/ J'ai toujours autant de plaisir à faire les choses qui me plaisent habituellement

- oui : toujours 0
 pas autant 1
 de plus en plus rarement 2
 presque plus du tout 3

A/ J'éprouve des sensations de peur et j'ai comme une boule dans la gorge

- très souvent 3
 assez souvent 2
 parfois 1
 jamais 0

A/ J'ai une sensation de peur, comme si quelque chose d'horrible allait m'arriver

- oui très nettement 3
 oui mais ce n'est pas trop grave 2
 un peu mais cela ne m'inquiète pas 1
 pas du tout 0

D/ J'ai perdu l'intérêt pour mon apparence

- totalement 3
 je n'y fais plus attention 2
 je n'y fais plus assez attention 1
 j'y fais attention comme d'habitude 0

D/ Je sais rire et voir le côté amusant des choses

- toujours autant 0
 plutôt moins 1
 nettement moins 2
 plus du tout 3

A/J'ai la bougeotte et je ne tiens pas en place

- oui c'est tout à fait le cas 3
 un peu 2
 pas tellement 1
 pas du tout 0

A/ Je me fais du souci

- très souvent 3
 assez souvent 2
 occasionnellement 1
 très occasionnellement 0

D/ Je me réjouis à l'avance de faire certaines choses

- comme d'habitude 0
 plutôt moins qu'avant 1
 beaucoup moins qu'avant 2
 pas du tout 3

D/ Je me sens gai, de bonne humeur

- jamais 3
 rarement 2
 assez souvent 1
 la plupart du temps 0

A/ J'éprouve des sensations de panique

- très souvent 3
 assez souvent 2
 rarement 1
 jamais 0

A/ Je peux rester tranquillement assis au repos et me sentir détendu

- jamais 3
 rarement 2
 oui, en général 1
 oui, toujours 0

D/ Je peux prendre plaisir à un bon livre ou à un bon programme radio ou télévision

- souvent 0
 parfois 1
 rarement 2
 pratiquement jamais 3

L'échelle HAD a été mise au point et validée pour fournir aux médecins non psychiatres un test de dépistage des troubles psychologiques les plus communs : anxiété et dépression. Elle permet d'identifier l'existence d'une symptomatologie et d'en évaluer la sévérité. La note 8 constituerait un seuil optimal pour anxiété ou dépression. On peut également retenir le score global (A+D) = le seuil serait alors de 19 pour les épisodes dépressifs majeurs et de 13 pour les états dépressifs mineurs.

TOTAL SCORE A.....

TOTAL SCORE D

TOTAL SCORE A+D

AGENCE FRANCAISE DE SECURITE DES PRODUITS DE SANTE
MAI 2003