

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, énervé

- 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