LOIRÉADD

HAD

Hospital Anxiety and Depression scale

Permet de dépister les troubles anxieux et dépressifs.

1. Je me sens tendu(e) ou énervé(e) :
   - ☐ La plupart du temps (3)
   - ☐ Souvent (2)
   - ☐ De temps en temps (1)
   - ☐ Jamais (0)
2. Je prends plaisir aux mêmes choses qu'autrefois :
   - ☐ Oui, tout autant (0)
   - ☐ Pas autant (1)
   - ☐ Un peu seulement (2)
   - ☐ Presque plus (3)
3. 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)
4. Je ris facilement et vois le bon côté des choses :
   - ☐ Autant que par le passé (0)
   - ☐ Plus autant qu'avant (1)
   - ☐ Vraiment moins qu'avant (2)
   - ☐ Plus du tout (3)
5. Je me fais du souci :
   - ☐ Très souvent (3)
   - ☐ Assez souvent (2)
   - ☐ Occasionnellement (1)
   - ☐ Très occasionnellement (0)
6. Je suis de bonne humeur :
   - ☐ Jamais (3)
   - ☐ Rarement (2)
   - ☐ Assez souvent (1)
   - ☐ La plupart du temps (0)

7. Je peux rester tranquillement assis(e) à ne rien faire et me sentir décontracté(e) :
   - ☐ Oui, quoi qu'il arrive (0)
   - ☐ Oui, en général (1)
   - ☐ Rarement (2)
   - ☐ Jamais (3)

8. J'ai l'impression de fonctionner au ralenti :
   - ☐ Presque toujours (3)
   - ☐ Très souvent (2)
   - ☐ Parfois (1)
   - ☐ Jamais (0)

9. J'éprouve des sensations de peur et j'ai l'estomac noué :
   - ☐ Jamais (0)
   - ☐ Parfois (1)
   - ☐ Assez souvent (2)
   - ☐ Très souvent (3)

10. Je ne m'intéresse plus à mon apparence :
    - ☐ Plus du tout (3)
    - ☐ Je n'y accorde pas autant d'attention que je devrais (2)
    - ☐ Il se peut que je n'y fasse plus autant attention (1)
    - ☐ J'y prête autant d'attention que par le passé (0)

11. J'ai la bougeotte et n'arrive pas à tenir en place :
    - ☐ Oui, c'est tout à fait le cas (3)
    - ☐ Un peu (2)
    - ☐ Pas tellement (1)
    - ☐ Pas du tout (0)

12. Je me réjouis d'avance à l'idée de faire certaines choses :
    - ☐ Autant qu'avant (0)
    - ☐ Un peu moins qu'avant (1)
    - ☐ Bien moins qu'avant (2)
    - ☐ Presque jamais (3)

13. J'éprouve des sensations soudaines de panique :
    - ☐ Vraiment très souvent (3)
    - ☐ Assez souvent (2)
    - ☐ Pas très souvent (1)
    - ☐ Jamais (0)

14. Je peux prendre plaisir à un bon livre ou à une bonne émission de radio ou TV :
    - ☐ Souvent (0)
    - ☐ Parfois (1)
    - ☐ Rarement (2)
    - ☐ Très rarement (3)

Interprétation

Additionnez les points des réponses :
1 + 3 + 5 + 7 + 9 + 11 + 13 = Total A (Anxiété)
Additionnez les points des réponses :
2 + 4 + 6 + 8 + 10 + 12 + 14 = Total D (Dépression)

7 ou moins : absence de symptomatologie
8 à 10 : symptomatologie douteuse
11 et plus : symptomatologie certaine.