

Evaluation de l'anxiété et de la dépression score HAD

1) Je me sens tendu(e) ou énervé(e) - La plupart du temps - Souvent - De temps en temps - Jamais	3 2 1 0	8) J'ai l'impression de fonctionner au ralenti - Presque toujours - Très souvent - Parfois - Jamais	3 2 1 0
2) Je prends plaisir aux mêmes choses qu'autrefois - Oui, tout autant - Pas autant - Un peu seulement - Presque plus	0 1 2 3	9) J'éprouve des sensations de peur et j'ai l'estomac noué - Jamais - Parfois - Assez souvent - Très souvent	0 1 2 3
3) J'ai une sensation de peur comme si quelque chose d'horrible allait m'arriver - Oui, très nettement - Oui, mais ce n'est pas trop grave - Un peu, mais cela ne m'inquiète pas - Pas du tout	3 2 1 0	10) Je ne m'intéresse plus à mon apparence - Plus du tout - Je n'y accorde pas autant d'attention que je devrais - Il se peut que je n'y fasse plus autant attention - J'y prête autant d'attention que par le passé	3 2 1 0
4) Je ris facilement et vois le bon côté des choses - Autant que par le passé - Plus autant qu'avant - Vraiment moins qu'avant - Plus du tout	0 1 2 3	11) J'ai la bougeotte et n'arrive pas à tenir en place - Oui, c'est tout à fait le cas - Un peu - Pas tellement - Pas du tout	3 2 1 0
5) Je me fais du souci - Très souvent - Assez souvent - Occasionnellement - Très occasionnellement	3 2 1 0	12) Je me réjouis d'avance à l'idée de faire certaines choses - Autant qu'avant - Un peu moins qu'avant - Bien moins qu'avant - Presque jamais	0 1 2 3
6) Je suis de bonne humeur - Jamais - Rarement - Assez souvent - La plupart du temps	3 2 1 0	13) J'éprouve des sensations soudaines de panique - Vraiment très souvent - Assez souvent - Pas très souvent - Jamais	3 2 1 0
7) Je peux rester tranquillement assis(e) à ne rien faire et me sentir décontracté(e) - Oui, quoi qu'il arrive - Oui, en général - Rarement - Jamais	0 1 2 3	14) Je peux prendre plaisir à un bon livre ou à une bonne émission de radio ou de télévision - Souvent - Parfois - Rarement - Très rarement	0 1 2 3

Additionnez les points des réponses : 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13 : Total A = _____

Additionnez les points des réponses : 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14 : Total D = _____

Interprétation pour dépister des symptomatologies anxieuses (A) et dépressives (D), l'interprétation suivante peut être proposée pour chacun des scores (A et D) :

- 7 ou moins : absence de symptomatologie

- 8 à 10 : symptomatologie douteuse

- 11 et plus : symptomatologie certaine.

Selon les résultats, il sera peut-être nécessaire de demander un avis spécialisé.

Service des bonnes pratiques professionnelles / octobre 2014 © Haute Autorité de Santé – 2014