

ÉCHELLE D'ANXIÉTÉ-DÉPRESSION UTILISÉE À L'HÔPITAL *
(HAD pour *Hospital Anxiety-Depression scale*)

	A	Je me sens tendu ou énervé :
	3	La plupart du temps
	2	Souvent
	1	De temps en temps
	0	Jamais
D		Je prends plaisir aux mêmes choses qu'autrefois :
0		Oui, tout autant
1		Pas autant
2		Un peu seulement
3		Presque plus
	A	J'ai une sensation de peur comme si quelque chose d'horrible allait m'arriver :
	3	Oui, très nettement
	2	Oui, mais ce n'est pas trop grave
	1	Un peu, mais cela ne m'inquiète pas
	0	Pas du tout
D		Je ris facilement et vois le bon côté des choses :
0		Autant que par le passé
1		Plus autant qu'avant
2		Vraiment moins qu'avant
3		Plus du tout
	A	Je me fais du souci :
	3	Très souvent
	2	Assez souvent
	1	Occasionnellement
	0	Très occasionnellement
D		Je suis de bonne humeur :
0		Jamais
1		Rarement
2		Assez souvent
3		La plupart du temps
	A	Je peux rester tranquillement assis à ne rien faire et me sentir décontracté :
	3	Oui, quoi qu'il arrive
	2	Oui, en général
	1	Rarement
	0	Jamais
D		J'ai l'impression de fonctionner au ralenti :
0		Presque toujours
1		Très souvent
2		Parfois
3		Jamais
	A	J'éprouve des sensations de peur et j'ai l'estomac noué :
	3	Jamais
	2	Parfois
	1	Assez souvent

**ÉCHELLE D'ANXIÉTÉ-DÉPRESSION UTILISÉE À L'HÔPITAL
(HAD pour *Hospital Anxiety-Depression scale*) suite**

	0	Très souvent
D		Je ne m'intéresse plus à mon apparence :
0		Plus du tout
1		Je n'y accorde pas autant d'attention que je le devrais
2		Il se peut que je n'y fasse plus autant attention
3		J'y prête autant d'attention que par le passé
	A	J'ai la bougeotte et n'arrive pas à tenir en place :
	3	Oui, c'est tout à fait le cas
	2	Un peu
	1	Pas tellement
	0	Pas du tout
D		Je me réjouis d'avance à l'idée de faire certaines choses :
0		Autant qu'avant
1		Un peu moins qu'avant
2		Bien moins qu'avant
3		Presque jamais
	A	J'éprouve des sensations soudaines de panique :
	3	Vraiment très souvent
	2	Assez souvent
	1	Pas très souvent
	0	Jamais
D		Je peux prendre plaisir à un bon livre ou à une bonne émission radio ou de télévision :
0		Souvent
1		Parfois
2		Rarement
3		Très rarement

* De Zigmond AS et Snaith RP. Traduction française de Lépine JP. D'après Guelfi JD (58)