



## HADS – Français

Consignes : Dans la série de questions ci-dessous, entourez le score correspondant à la réponse qui exprime le mieux ce que vous avez éprouvé au cours de la semaine qui vient de s'écouler. Ne vous attardez pas sur la réponse à faire : votre réaction immédiate à chaque question fournira probablement une meilleure indication de ce que vous éprouvez, qu'une réponse longuement méditée.

Score	Anxiété	Score	Dépression
3 2 1 0	Je me sens tendu ou énervé : - la plupart du temps - souvent - de temps en temps - jamais	0 1 2 3	Je prends du plaisir aux mêmes choses qu'autrefois : - Oui, tout autant - Pas autant - Un peu seulement - Presque plus
3 2 1 0	J'ai une sensation de peur comme si quelque chose d'horrible allait m'arriver : - Oui, très nettement - Oui, mais ce n'est pas grave - Un peu, mais cela ne m'inquiète pas - Pas du tout	0 1 2 3	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
3 2 1 0	Je me fais du souci : - Très souvent - Assez souvent - Occasionnellement - Très occasionnellement	3 2 1 0	Je suis de bonne humeur : - Jamais - Rarement - Assez souvent - La plupart du temps
0 1 2 3	Je peux rester tranquillement assis à ne rien faire et me sentir décontracté : - Oui, quoi qu'il arrive - Oui, en général - Rarement - Jamais	3 2 1 0	J'ai l'impression de fonctionner au ralenti : - Presque toujours - Très souvent - Parfois - Jamais
0 1 2 3	J'éprouve des sensations de peur et j'ai l'estomac noué: - Jamais - Parfois - Assez souvent - Très souvent	3 2 1 0	Je ne m'intéresse plus à mon apparence : - Plus du tout - Je n'y accorde pas autant d'attention que je le 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	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	0 1 2 3	Je me réjouis d'avance à l'idée de faire certaines choses : - Autant qu'auparavant - Un peu moins qu'avant - Bien moins qu'avant - Presque jamais
3 2 1 0	J'éprouve des sensations soudaines de panique: - Vraiment très souvent - Assez souvent - Pas très souvent - Jamais	0 1 2 3	Je peux prendre plaisir à un bon livre ou à une bonne émission de radio ou de télévision : - Souvent - Parfois - Rarement - Très rarement
	<b>←Total score Anxiété</b>		<b>←Total score Dépression</b>



## HADS – Français Cotation

Pour coter ce test, nous vous proposons cette méthode validée :

Chaque réponse correspond à un chiffre. En additionnant ces chiffres, on obtient un score total par colonne (anxiété et dépression).

Pour chacune des colonnes un score de :

- 7 ou moins : Absence de symptomatologie
- 8 à 10 : Symptomatologie douteuse
- 11 et plus : Symptomatologie certaine

### RÉSULTATS

Si les deux scores sont supérieurs à 7 ou si au moins l'un des scores est supérieur à 10, il convient de consulter un psychologue ou un psychiatre.

### RÉFÉRENCES

Zigmond AS, Snaith RP. The Hospital Anxiety and Depression Scale. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 1983;67(6):361-70.

Savard J, Laberge B, Gauthier JG, Ivers H, Bergeron MG. Evaluating anxiety and depression in HIV-infected patients. *Journal of Personality Assessment*. 1998;71(3):349-67.

Bjelland I, Dahl AA, Haug TT, Neckelmann D. The validity of the Hospital Anxiety and Depression Scale : an updated literature review. *Journal of Psychosomatic Research*. 2002;52(2):69-77.

Yokoi T, Moriyama M, Hayashi K, Shimada N, Tomita M, Yamamoto N, et al. Predictive factors for comorbid psychiatric disorders and their impact on vision-related quality of life in patients with high myopia. *International Ophthalmology*. 2013;34(2):171-83.

Roberge P, Doré I, Menear M, Chartrand É, Ciampi A, Duhoux A, et al. A psychometric evaluation of the French Canadian version of the Hospital Anxiety and Depression Scale in a large primary care population. *Journal of Affective Disorders*. 2013;147(1-3):171-9.