



## HOSPITAL ANXIETY AND DEPRESSION SCALE (HAD)

Référence : Zigmond AS, Snaith RP. The hospital anxiety and depression scale. Acta Psychiatrica Scandinavica 1983 ;67 :361-70

**Date:**  
**Nom:**  
**Né(e) le:**

Score	A	D
A remplir par le médecin		

Ce questionnaire a été conçu de façon à permettre à votre médecin de se familiariser avec ce que vous éprouvez vous-même sur le plan émotif. Lisez chaque série de questions et notez le chiffre 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.

<b>(1-A) Je me sens tendu(e) ou énervé(e) :</b>	
3 La plupart du temps	SCORE
2 Souvent	
1 De temps en temps	
0 Jamais	
<b>(2-D) Je prends plaisir aux mêmes choses qu'autrefois :</b>	
0 Oui, tout autant qu'avant	SCORE
1 Pas autant	
2 Un peu seulement	
3 Presque plus	
<b>(3-A) J'ai une sensation de peur comme si quelque chose d'horrible allait m'arriver:</b>	
3 Oui, très nettement	SCORE
2 Oui, mais ce n'est pas trop grave	
1 Un peu, mais cela ne m'inquiète pas	
0 Pas du tout	
<b>(4-D) Je ris et vois le bon côté des choses:</b>	
0 Autant que par le passé	SCORE
1 Plus autant qu'avant	
2 Vraiment moins qu'avant	
3 Plus du tout	
<b>(5-A) Je me fais du souci :</b>	
3 Très souvent	SCORE
2 Assez souvent	
1 Occasionnellement	
0 Très occasionnellement	
<b>(6-D) Je suis de bonne humeur:</b>	
3 Jamais	SCORE
2 Rarement	
1 Assez souvent	
0 La plupart du temps	
<b>(7-A) Je peux rester tranquillement assis(e) à ne rien faire et me sentir décontracté(e):</b>	
0 Oui, quoi qu'il arrive	SCORE
1 Oui, en général	
2 Rarement	
3 Jamais	

<b>(8-D) J'ai l'impression de fonctionner au ralenti :</b>	
3 Presque toujours	SCORE
2 Très souvent	
1 Parfois	
0 Jamais	
<b>(9-A) J'éprouve des sensations de peur et j'ai l'estomac noué :</b>	
0 Jamais	SCORE
1 Parfois	
2 Assez souvent	
3 Très souvent	
<b>(10-D) Je ne m'intéresse plus à mon apparence:</b>	
3 Plus du tout	SCORE
2 Je n'y accorde pas autant d'attention que je ne devrais	
1 Il se peut que je n'y fasse plus autant attention	
0 J'y prête autant d'attention que par le passé	
<b>(11-A) J'ai la bougeotte et n'arrive pas à tenir en place:</b>	
3 Oui, c'est tout à fait le cas	SCORE
2 Un peu	
1 Pas tellement	
0 Pas du tout	
<b>(12-D) Je me réjouis à l'idée de faire certaines choses:</b>	
0 Autant qu'avant	SCORE
1 Un peu moins qu'avant	
2 Bien moins qu'avant	
3 Presque jamais	
<b>(13-A) J'éprouve des sensations soudaines de panique:</b>	
3 Vraiment très souvent	SCORE
2 Assez souvent	
1 Pas très souvent	
0 Jamais	
<b>(14-D) Je peux prendre plaisir à un bon livre ou à une bonne émission de télévision:</b>	
0 Souvent	SCORE
1 Parfois	
2 Rarement	
3 Très rarement	

Remettez ce questionnaire rempli lors de votre prochaine consultation pour cotation et interprétation. Il fera parti de votre dossier médical. Les résultats et évolutions de ce test peuvent être utiles aussi à votre médecin traitant.