

## ECHELLE HAD

### HOSPITAL ANXIETY END DEPRESSION SCALE de AS ZIGMOND et PR SNAITH

Objectif : dépister les troubles anxieux et dépressifs et évaluer la sévérité des troubles.

(Les lettres A et D correspondent à anxiété et dépression)

**L'utilisation est globale :**

Le seuil est de 19 pour les états dépressifs majeurs et de 13 pour les troubles de l'adaptation.

**L'utilisation est individuelle :**

Le seuil est 8 pour la spécificité et 10 pour la sensibilité.

**A. Je me sens tendu ou énervé :**

- 3. la plus part du temps
- 2. souvent
- 1. de temps en temps
- 0. jamais

**D. Je prends plaisir aux mêmes choses qu'autrefois :**

- . 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
- . pas du tout

**D. Je ris facilement et vois le bon côté des choses :**

- . 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
- . très occasionnellement

**D. Je suis de très bonne humeur :**

- 3. Jamais
- 2. rarement
- 1. assez souvent
- . la plus part du temps

A. Je peux rester tranquille assis à ne rien faire et me sentir décontracté :

- . oui, quoi qu'il arrive
- 1. oui en général
- 2. rarement
- 3. jamais

D. J'ai l'impression de fonctionner au ralenti :

- 3. presque toujours
- 2. très souvent
- 1. parfois
- 0. Jamais

A. J'éprouve des sensations de peur et j'ai l'estomac noué :

- . jamais
- 1. parfois
- 2. assez souvent
- 3. très souvent

D. Je ne m'intéresse plus à mon apparence :

- 3. pas du tout
- 2. je n'y accorde pas autant d'attention que je devrais
- 1. il se peut que je n'y fasse plus autant attention
- . j'y prête autant d'attention que par le passé

A. J'ai la bougeotte et n'arrive plus à tenir en place :

- 3. oui c'est tout à fait le cas
- 2. un peu
- 1. pas tellement
- . pas du tout

D. Je me réjouis d'avance à l'idée de faire certaines choses :

- . 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
- . Jamais

D. Je peux prendre plaisir à un bon livre ou à une bonne émission radio ou de télévision :

- . souvent
- 1. parfois
- 2. rarement
- 3. très rarement