

LE DÉPISTAGE DE LA DEPRESSION EN OFFICINE

« Je n'ai plus envie d'aller nulle part, je préfère rester chez moi. »

« En ce moment ce n'est pas la grande forme, j'ai un coup de blues. »

« Je me sens vidé toute la journée alors que je n'ai rien fait. »

Ces SYMPTÔMES VOUS ÉVOQUENT QUELQUE CHOSE ?

**Vous vous sentez
déprimé(e), fatigué(e) ?**

Au dos de cette feuille, vous pouvez remplir un **questionnaire de référence simple**.¹

Il pourra vous aider à faire le point et **orienter vers un diagnostic**.

CE QUESTIONNAIRE EST UN QUESTIONNAIRE DE DÉPISTAGE,
LE DIAGNOSTIC DOIT ÊTRE ÉTABLI PAR UN MÉDECIN.

1- HAS. Recommandation de bonne pratique. Épisode dépressif caractérisé de l'adulte : prise en charge en soins de premier recours. Diagnostic. Argumentaire scientifique. Octobre 2017.

Au cours des deux dernières semaines, à quelle fréquence avez-vous ressenti...

	<i>Jamais</i>	<i>Plusieurs jours</i>	<i>Plus de 7 jours</i>	<i>Presque tous les jours</i>
Une diminution marquée d'intérêt ou de plaisir dans vos activités ?	0	1	2	3
Un sentiment de tristesse, de dépression ou de désespoir ?	0	1	2	3
Des difficultés à vous endormir, à rester endormi(e) – ou, au contraire, une tendance à trop dormir ?	0	1	2	3
Une sensation de fatigue ou de manque d'énergie ?	0	1	2	3
Un manque ou un excès d'appétit ?	0	1	2	3
Une mauvaise opinion de vous-même : l'impression que vous êtes un(e) raté(e) ou que vous vous êtes laissé(e) aller ou que vous avez négligé votre famille ?	0	1	2	3
De la peine à vous concentrer, par exemple pour lire le journal ou regarder la télévision ?	0	1	2	3
Une sensation de parler ou de vous déplacer si lentement que les autres aurait pu le remarquer – ou, au contraire, une fébrilité ou agitation telle que vous ne teniez pas en place ?	0	1	2	3
Que vous préféreriez être mort(e) ou pensé à vous faire du mal ?	0	1	2	3

SCORE TOTAL =