Échelle de fatigue de Pichot

Nom : Prénom : date de naissance :

Parmi les huit propositions suivantes, déterminez celles qui correspondent le mieux à votre état en affectant une note entre : (**0 = Pas du tout** ; **1= Un peu** ; **2 = Moyennement** ; **3= Beaucoup** ; **4 = Extrêmement**)

Je manque d'énergie	0	1	2	3	4
Tout me demande un effort	0	1	2	3	4
Je me sens faible à certains endroits du corps	0	1	2	3	4
J'ai les bras ou les jambes lourdes	0	1	2	3	4
Je me sens fatigué(e) sans raison	0	1	2	3	4
J'ai envie de m'allonger pour me reposer	0	1	2	3	4
J'ai du mal à me concentrer	0	1	2	3	4
Je me sens fatigué(e), lourd et raide	0	1	2	3	4
Total					

Un total > à 22 est en faveur d'une fatigue excessive.

Remarques & Commentaires :

Échelle de sévérité de fatigue

- Chaque item est évalué par le patient de 1« Pas du tout d'accord » à 7 « Tout à fait d'accord ».
- Le score total s'obtient en additionnant le score à chaque item.
- Le score total est compris entre 9 à 63. Il n'y a pas de seuil fixé à cette échelle.

NB. Ce questionnaire aide à mesurer votre situation, il n'établit pas de diagnostic. Apportez-le à votre médecin pour en discuter.