

Nom du patient	
Date de l'évaluation	



SF36

Dans l'ensemble, pensez vous que votre santé est :

1	excellente
2	très bonne
3	bonne
4	médiocre
5	mauvaise

Par rapport a l'année dernière à la même époque, comment trouvez vous votre état de santé actuel ?

1	bien meilleur que l'an dernier
2	plutôt meilleur
3	a peu près pareil
4	plutôt moins bon
5	beaucoup moins bon

Voici la liste d'activités que vous pouvez avoir a faire dans votre vie de tous les jours. Pour chacune d'entre elles , indiquez si vous êtes limité en raison de votre état de santé actuel :

- Efforts physiques importants tels que courir, soulever un objet lourd, faire du sport,...
- Efforts physiques modérés comme déplacer une table, passer l'aspirateur , jouer aux boules
- Soulever et porter les courses
- Monter plusieurs étage par l'escalier
- monter un etage par l'escalier
- Se pencher en avant, se mettre à genoux, s'accroupir
- Marcher plus d'un kilomètre à pied
- Marcher plusieurs centaines de mètres
- Marcher une centaine de mètres
- Prendre un bain , une douche, ou s'habiller

OUI beaucoup limité	OUI peu limité	NON pas du tout limité
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3

Au cours de ces 4 dernières semaines , et en raison de votre état physique :

- Avez-vous réduit le temps passé à votre travail ou à vos activités habituelles ?
- Avez-vous accompli moins de choses que vous auriez souhaité ?
- Avez- vous du arrêter de faire certaines choses ?
- Avez-vous eu des difficultés à faire votre travail ou toute autre activité ? (par exemple, cela vous a demandé un effort supplémentaire)

OUI	NON
1	2
1	2
1	2
1	2

Au cours de ces 4 dernières semaines, et en raison de votre état émotionnel (comme vous sentir triste, nerveux, ou déprimé) :

- Avez-vous réduit le temps passé à votre travail ou activités habituelles ?
- Avez-vous accompli moins de choses que vous ne l'auriez souhaité?
- Avez-vous eu des difficultés à faire ce que vous aviez à faire avec autant de soin et d'attention que d'habitude?

OUI	NON
1	2
1	2
1	2

Au cours de ces 4 dernières semaines , dans quelle mesure votre état de santé , physique ou émotionnel vous a-t-il gêné dans votre vie sociale et vos relations avec les autres, votre famille, vos amis, ou vos connaissances ?

1	2	3	4	5
pas du tout	un petit peu	moyennement	beaucoup	énormément

Au cours de ces 4 dernières semaines, quelle a été l'intensité de vos douleurs (physiques)?

1	2	3	4	5	6
nulle	très faible	faible	moyenne	grande	très grande

Au cours de ces 4 dernières semaines, dans quelle mesure vos douleurs physiques vous ont-elles limitées dans votre travail ou vos activités domestiques ?

1	2	3	4	5
pas du tout	un petit peu	moyennement	beaucoup	énormément

Les questions suivantes portent sur comment vous vous sentez et comment les choses sont allées pour vous au cours des 4 dernières semaines.

Choisissez la réponse qui se rapproche le plus de ce que vous ressentez .

Au cours de ces 4 dernières semaines, y a-t-il eu des moments où:

	en permanence	très souvent	souvent	quelquefois	rarement	jamais
Vous vous êtes senti dynamique ?						
Vous vous êtes senti très nerveux?						
Vous vous êtes senti si découragé que rien ne pouvait vous remonter le moral						
Vous vous êtes senti calme et détendu ?						
Vous vous êtes senti débordant d'énergie ?						
Vous vous êtes senti triste et abattu?						
Vous vous êtes senti épuisé ?						
Vous vous êtes senti bien dans votre peau ?						
Vous vous êtes senti fatigué ?						

Au cours de ces 4 dernières semaines, dans quelle mesure vos douleurs physiques vous ont-elles limité dans votre travail ou vos activités domestiques ?

en permanence	très souvent	souvent	quelquefois	rarement	jamais
---------------	--------------	---------	-------------	----------	--------

Dans quelle mesure chacun des énoncés suivant sont-ils vrais ou faux pour vous ?

	totalement vrai	plutôt vrai	je ne sais pas	plutôt faux	totalement faux
Je tombe malade plus facilement que les autres					
Je me porte aussi bien que n'importe qui					
Je m'attends à ce que ma santé se dégrade					
Je suis en parfaite santé					