

Exemple de questionnaire pour noter les symptômes de la fatigue

Il est proposé de les inscrire de la façon suivante :

- 0 = aucun symptôme
- 1 = très rare
- 2 = peu fréquent
- 3 = fréquent

Dates						
(préciser à quel moment de la journée : matin, midi, soir, etc.)						
Symptômes						
Êtes-vous essoufflé ?						
Êtes-vous fatigué rapidement ?						
À quel moment de la journée êtes-vous le plus fatigué ?						
Avez-vous des difficultés à vous endormir ?						
Vous réveillez-vous la nuit ? Dites ce qui vous réveille (anxiété, douleur...) ?						
Avez-vous perdu l'appétit ?						
Avez-vous des douleurs dans les bras, les jambes, les épaules ?						
Avez-vous ressenti que votre cœur battait plus vite ?						
Avez-vous des troubles digestifs (diarrhée, constipation, etc.) ?						
Avez-vous des difficultés de concentration ?						
Vous sentez-vous anxieux, déprimé ?						
Avez-vous des difficultés à mener vos activités quotidiennes à la maison et dans votre travail ?						
Autres						

En fonction des différents symptômes décrits (fatigue excessive, douleur, sommeil difficile, sentiment de déprime) et des conséquences qu'ils entraînent sur la qualité de vie, un traitement à l'aide de médicaments peut être envisagé.