

Echelle de Qualité De Vie : QLQ-C30

Nous nous intéressons à vous et à votre santé. Nous vous demandons de répondre à toutes les questions en entourant le chiffre qui vous correspond le mieux. Il n'y a ni bonne ni mauvaise réponse. Les informations que vous nous donnerez seront strictement confidentielles

Actuellement :	pas du tout	un peu	assez	beaucoup
1. Ressentez-vous de la fatigue lors de certaines activités comme porter un sac à provisions ou une valise ?	1	2	3	4
2. Avez-vous des difficultés lorsque vous marchez longtemps ?	1	2	3	4
3. Avez-vous des difficultés pour marcher dehors ?	1	2	3	4
4. Vous arrive-t-il de rester alité ou assis dans un fauteuil une grande partie de la journée ?	1	2	3	4
5. Avez-vous besoin d'aide pour manger, vous habiller, vous laver ou aller aux toilettes ?	1	2	3	4
6. Etes-vous limité dans votre travail ou vos activités ménagères ?	1	2	3	4
7. Etes-vous totalement incapable de travailler ou faire vos activités ménagères ?	1	2	3	4

Durant la semaine qui vient de s'écouler :

	pas du tout	un peu	assez	beaucoup
8. Avez-vous eu le souffle court ?	1	2	3	4
9. Avez-vous eu des douleurs ?	1	2	3	4
10. Avez-vous eu besoin de vous reposer ?	1	2	3	4
11. Avez-vous eu des troubles du sommeil ?	1	2	3	4
12. Vous êtes vous senti faible ?	1	2	3	4
13. Avez-vous perdu l'appétit ?	1	2	3	4
14. Vous êtes vous senti nauséux ?	1	2	3	4
15. Avez-vous vomi ?	1	2	3	4
16. Avez-vous été constipé ?	1	2	3	4
17. avez-vous eu des diarrhées ?	1	2	3	4
18. avez- vous été fatigué ?	1	2	3	4
19. La douleur vous a-t-elle empêchée de faire vos activités quotidiennes ?	1	2	3	4
20. Avez-vous eu des difficultés pour vous concentrer, lire un journal, ou regarder la télévision ?	1	2	3	4
21. Vous êtes vous senti tendu ?	1	2	3	4
22. Avez-vous été inquiet ?	1	2	3	4
23. Vous êtes-vous senti irritable ?	1	2	3	4
24. Vous êtes vous senti inquiet ?	1	2	3	4
25. Avez-vous eu des troubles de la mémoire ?	1	2	3	4
26. Votre condition physique ou vos traitements ont-ils eu un impact sur votre vie sociale ?	1	2	3	4
28. Votre condition physique ou vos traitements vous ont-ils causé des difficultés financières ?	1	2	3	4

Questionnaire d'auto évaluation STAI/Trait

Consigne : un certain nombre de phrases que l'on utilise pour se décrire sont données ci-dessous. Lisez chaque phrase puis cochez, parmi les quatre cases à droite, celle qui correspond le mieux à ce que vous ressentez à l'instant, juste en ce moment. Il n'y a pas de bonne ni de mauvaises réponses. Ne passez pas trop de temps sur l'une ou l'autre de ces propositions et indiquez la réponse qui décrit le mieux vos sentiments habituels.

	presque jamais	parfois	souvent	presque toujours
1. Je me sens de bonne humeur, aimable	1	2	3	4
2. Je me sens nerveuse et agitée	1	2	3	4
3. Je me sens contente de moi	1	2	3	4
4. Je voudrais être aussi heureuse que les autres	1	2	3	4
5. J'ai un sentiment d'échec	1	2	3	4
6. Je me sens reposée	1	2	3	4
7. J'ai tout mon sang-froid	1	2	3	4
8. J'ai l'impression que les difficultés s'accumulent à un tel point que je ne peux plus les surmonter	1	2	3	4
9. Je m'inquiète à propos de choses sans importance	1	2	3	4
10. Je me sens heureuse	1	2	3	4
11. J'ai des pensées qui me perturbent	1	2	3	4
12. Je manque de confiance en moi	1	2	3	4
13. Je me sens sans inquiétude, en sécurité, en sûreté	1	2	3	4
14. Je prends facilement des décisions	1	2	3	4
15. Je me sens incompétente, pas à la hauteur	1	2	3	4
16. Je suis satisfaite	1	2	3	4
17. Des idées sans importance trottant dans ma tête me dérangent	1	2	3	4
18. Je prends des décisions tellement à cœur que je les oublie difficilement	1	2	3	4
19. Je suis une personne posée, solide, stable	1	2	3	4
20. Je deviens tendue et agitée quand je réfléchis à mes soucis	1	2	3	4

Questionnaire d'adaptation

Consignes : Depuis l'annonce de votre maladie dans quelle mesure utilisez-vous les différentes stratégies ci-dessous pour faire face à la situation , Faites une croix dans la case correspondante.

	Pas du tout	Un peu	moyenne-ment	beaucoup
1. Je me tourne vers le travail ou autres activités pour me changer les idées.				
2. Je détermine une ligne d'action et je la suis.				
3. Je me dis que ce n'est pas réel.				
1. Je consomme de l'alcool ou autres substances pour me sentir mieux.				
5. Je cherche un soutien émotionnel de la part des autres				
6. Je renonce à essayer de résoudre la situation.				
7. J'essaye de trouver du réconfort dans ma religion ou dans des croyances spirituelles.				
8. J'accepte la réalité de ma situation.				
9. J'évacue mes sentiments déplaisants en en parlant.				
10. Je recherche l'aide et le conseil d'autres personnes.				
11. J'essaye de voir la situation sous un jour plus positif.				
12. Je me critique.				
13. J'essaye d'élaborer une stratégie à propos de ce qu'il y a à faire				

	Pas du tout	Un peu	moyenne- ment	beaucoup
14. Je cherche le soutien et la compréhension de quelqu'un				
15. J'abandonne l'espoir de faire face.				
16. Je fais quelque chose pour moins y penser.				
17. J'exprime mes sentiments négatifs.				
18. J'essaye d'avoir des conseils ou de l'aide d'autres personnes à propos de ce qu'il faut faire				
19. Je concentre mes efforts pour résoudre la situation.				
20. Je refuse de croire que ça m'arrive.				
21. je consomme de l'alcool ou d'autres substances pour m'aider à traverser la situation.				
22. J'apprends à vivre avec ma nouvelle situation.				
23. Je planifie les étapes à suivre.				
24. Je me reproche les choses qui m'arrivent.				
25. Je recherche les aspects positifs dans ce qui m'arrive.				
26. Je prie ou je médite.				