

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 et 4 :

(0 = Pas du tout ; 1 = Une peu ; 2 = Moyennement ; 3 = Beaucoup ; 4 = Extrêmement)

Je manque d'énergie	0	1	2	3	4
Tout demande un effort	0	1	2	3	4
Je me sens faible à certain 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 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, lourd et raide	0	1	2	3	4

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

Votre Score :

NB : Ce questionnaire aide à mesurer votre niveau général de fatigue, il n'établit pas de diagnostic. Apportez-le à votre médecin pour discuter

RETROUVONS-NOUS
SUR JOBDEVIE.FR