

Questionnaire de mesure de l'impact de la fibromyalgie

FIQ, recommandé par l'Académie de médecine

Nom :

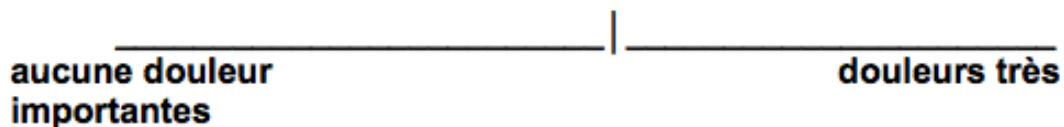
Date :

Les questions qui suivent ont pour objectif de mesurer les conséquences de votre fibromyalgie sur votre santé.

Les réponses que vous fournirez à ce questionnaire nous permettront de mieux connaître l'impact de votre maladie sur votre vie de tous les jours.

Merci de bien vouloir répondre à toutes les questions :

- Soit en mettant une croix X dans la case correspondante à la réponse choisie. Si vous ne savez pas très bien répondre, choisissez la réponse la plus proche de votre situation.
- Soit en indiquant d'un trait l'endroit où vous vous situez entre deux positions extrêmes, comme dans l'exemple ci-dessous :



Répondre à toutes les questions :

1 - Êtes-vous capable de : ?

(Veuillez entourer le numéro qui décrit le mieux l'état général dans lequel vous vous trouvez actuellement)

Toujours: 0 - La Plupart du temps : 1 - De temps en temps: 2 - Jamais : 3

Faire les courses ? 0123

Faire la lessive en machine ? 0123

Préparer à manger ? 0123

Faire la vaisselle à la main ? 0123

Passer l'aspirateur ? 0123

Faire les lits ? 0123

Marcher plusieurs centaines de mètres ? 0123

Aller voir des amis ou la famille ? 0123

Faire du jardinage ? 0123

Conduire une voiture ? 0123

Monter les escaliers ? 0123

2 - Au cours des 7 derniers jours , Combien de jours vous-êtes vous senti(e) bien ?

01234567

Si vous n'avez pas d'activité professionnelle, passez à la question 5

3 : Combien de jours de travail avez vous manqué à cause de la fibromyalgie ?

01234567

4: Les jours où vous avez travaillé, les douleurs ou d'autres problèmes liés à votre fibromyalgie vous ont-ils gêné (e) dans votre travail ?

aucune gêne

gêne très importante

Au cours des 7 derniers jours

5 - Avez vous eu des douleurs ?

aucune douleur

douleurs très importantes

6 - Avez-vous été fatigué (e) ?

Pas du tout fatigué (e)

Extrêmement fatigué(e)

7 - Comment vous êtes-vous senti(e) le matin au réveil

*tout à fait reposé (e) au réveil
réveil*

*extrêmement fatigué (e) au
réveil*

8 -Vous êtes-vous senti(e) raide ?

Pas du tout raide ou Extrêmement raide

9 - Vous êtes-vous senti(e) tendu(e) ou inquiet(e) ?

Pas du tout tendu(e) ou Extrêmement tendu(e)

10 - Vous êtes-vous senti(e) déprimé(e) ?

Pas du tout déprimé(e) ou Extrêmement déprimé(e)

L'académie, saisie dans sa séance du mardi 16 janvier 2007, a adopté à l'unanimité le texte de ce rapport (moins une abstention).

Pour copie certifiée conforme,

Le secrétaire perpétuel,

Professeur Jacques-Louis BINET

Lundi 22 janvier 2007

Résultats

0 - Un score à 0 n'est guère compatible avec le diagnostic de fibromyalgie (sinon vous êtes guérie ou en très bonne voie).

35/40 - Un score aux alentours de 35 ou 40, ne doit pas vous décevoir si vous pensez être dans une bonne phase, moins de 40 n'est pas un mauvais score.

+50 - Au-delà de 50, il peut s'agir d'une mauvaise semaine, re-testez vous régulièrement chaque semaine et si votre score ne s'améliore pas ou s'aggrave, consultez votre médecin.

+65 - Au-delà de 65, il est indispensable de contacter votre médecin pour modifier le traitement.

- **100** est un maximum théorique exceptionnellement atteint.