**Echelle de Chalder (CFQ-11)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Moins que d’habitude0 | Pas plus que d’habitude1 | Plus que d’habitude2 | Bien plus que d’habitude3 |
| **Symptômes physiques** |  |  |  |  |
| Vous sentez-vous fatigué ? |  |  |  |  |
| Avez-vous besoin de vous reposer plus souvent ? |  |  |  |  |
| Vous sentez-vous somnolent, endormi ? |  |  |  |  |
| Avez-vous des difficultés pour commencer des activités ? |  |  |  |  |
| Manquez-vous d’énergie ? |  |  |  |  |
| Avez-vous moins de force dans vos muscles ? |  |  |  |  |
| Vous sentez-vous faible ? |  |  |  |  |
| **Symptômes mentaux** |  |  |  |  |
| Avez-vous des difficultés de concentration ?  |  |  |  |  |
| Avez-vous des problèmes pour réfléchir clairement ? |  |  |  |  |
| Faites-vous des lapsus lorsque vous parlez ? |  |  |  |  |
| Avez-vous des difficultés de mémoire ? |  |  |  |  |

Chalder │\_\_│\_\_│/33