

2.2.3 **A**uto-questionnaire de Dallas (douleur du Rachis)

Version française validée par la section rachis de la Société Française de Rééducation. C'est une échelle d'auto-évaluation de la douleur rachidienne, multidimensionnelle (incapacité, handicap, qualité de vie).

À lire attentivement : ce questionnaire a été conçu pour permettre à votre médecin de savoir dans quelle mesure votre vie est perturbée par votre douleur. Veuillez répondre personnellement à toutes les questions en cochant vous-même les réponses.

Pour chaque question, cochez en mettant une croix (X) à l'endroit qui correspond le mieux à votre état sur la ligne continue (de 0 % à 100 % chaque extrémité correspondant à une situation extrême).

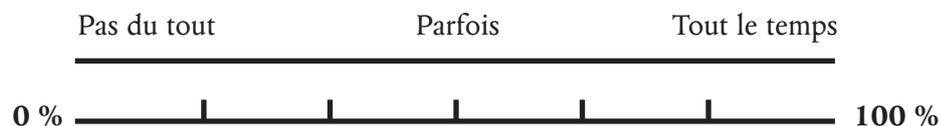
2.2.3.1 **P**rotocole

- Cette échelle est divisée en quatre parties indépendantes : activités quotidiennes ; activités professionnelles et de loisirs ; anxiété/dépression ; sociabilité.
- Le score de chaque question comporte plusieurs niveaux, cotés de 0 à 5 : case 1 = 0 point ; case 2 = 1 point ; case 3 = 2 points ; case 4 = 3 points ; case 5 = 4 points et case 6 = 5 points.
- Pour chacune des 4 parties du Dallas, le pourcentage est obtenu en sommant le score de chaque question et en le multipliant par le coefficient qui lui correspond.
Exemple : (question 1 = 2) + (question 2 = 0) + (question 3 = 2) + (question 4 = 5) + (question 6 = 2) + (question 7 = 4) = 15 x 3 = 45 % de répercussion des lombalgies sur les activités quotidiennes.
- Lorsqu'un patient ne coche pas la case mais le trait séparant deux cases, la valeur supérieure est retenue.

2.2.3.2 **A**ctivités quotidiennes

■ 1 - Douleur et son intensité

Dans quelle mesure avez-vous besoin de traitements contre la douleur pour vous sentir bien ?



■ 2 - Les gestes de la vie quotidienne

Dans quelle mesure votre douleur perturbe-t-elle les gestes de la vie quotidienne (sortir du lit, se brosser les dents, s'habiller, etc.) ?

Pas du tout (pas de douleur) Moyennement Je ne peux pas sortir du lit



■ 3 - La possibilité de soulever quelque chose :

Dans quelle mesure êtes-vous limité(e) pour soulever quelque chose ?

Pas du tout (comme avant) Moyennement Je ne peux rien soulever



■ 4 - La marche

Dans quelle mesure votre douleur limite-t-elle maintenant votre distance de marche par rapport à celle que vous pouviez parcourir avant votre problème de dos ?

Je marche comme avant Presque comme avant Presque plus Plus du tout



■ 5 - La position assise

Dans quelle mesure votre douleur vous gêne-t-elle pour rester assis(e) ?

Pas du tout (pas d'aggravation de la douleur) Moyennement Je ne peux pas rester assis(e)



■ 6 - La position debout

Dans quelle mesure votre douleur vous gêne-t-elle pour rester debout de façon prolongée ?

Pas du tout (je reste debout comme avant) Moyennement Je ne peux pas rester debout



2.2.3.4 Anxiété/dépression

■ 11 - L'anxiété/le moral

Dans quelle mesure estimez-vous que vous parvenez à faire face à ce que l'on exige de vous ?

Je fais face
entièrement
(pas de changement)

Moyennement

Je ne fais pas face

0 %  100 %

■ 12 - La maîtrise de soi

Dans quelle mesure estimez-vous que vous arrivez à contrôler vos réactions émotionnelles ?

Je les contrôle
entièrement

Moyennement

Je ne les contrôle
pas du tout

0 %  100 %

■ 13 - La dépression

Dans quelle mesure vous sentez-vous déprimé(e) depuis que vous avez mal ?

Je ne suis pas
déprimé(e)

Je suis complètement
déprimé(e)

0 %  100 %

TOTAL x 5 = % de répercussion sur le rapport anxiété/dépression.

2.2.3.5 Sociabilité

■ 14 - Les relations avec les autres

Dans quelle mesure pensez-vous que votre douleur a changé vos relations avec les autres ?

Pas de changement

Changement radical

0 %  100 %

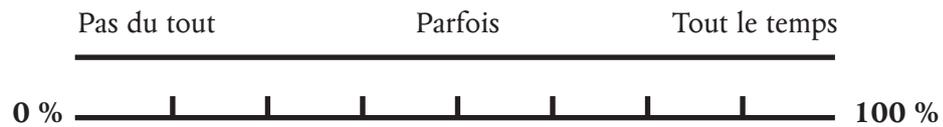
■ 15 - Le soutien dans la vie de tous les jours

Dans quelle mesure avez-vous besoin du soutien des autres depuis que vous avez mal (travaux domestiques, préparation des repas, etc) ?



■ 16 - Les réactions défavorables des proches

Dans quelle mesure estimez-vous que votre douleur provoque chez vos proches, de l'irritation, de l'agacement ou de la colère à votre égard ?



TOTAL x 5 = % de répercussion sur la sociabilité.

Références :

Lawlis G.F. et al., 1989.

Marty M. et al., 1998.