



ECHELLE HIT-6 (HEADACHE IMPACT TEST-6)

Test effectué le :/...../..... (jour/mois/année)

Ce questionnaire a été conçu pour vous aider à décrire et à exprimer ce que vous ressentez et ce que vous ne pouvez pas faire à cause de vos maux de tête. Pour chaque question, veuillez choisir la réponse la plus appropriée.

HIT n'est pas destiné à offrir des conseils médicaux concernant le diagnostic ou le traitement médical. Vous devriez consulter votre professionnel de la santé pour obtenir des conseils spécifiques à votre situation.

1. Lorsque vous avez des maux de tête, la douleur est-elle intense ?
 - Jamais
 - Rarement
 - Parfois
 - Très souvent
 - Tout le temps

2. Votre capacité à effectuer vos activités quotidiennes habituelles, y compris les tâches ménagères, le travail, les études ou les activités avec les autres, est-elle limitée à cause de vos maux de tête ?
 - Jamais
 - Rarement
 - Parfois
 - Très souvent
 - Tout le temps

3. Lorsque vous avez des maux de tête, souhaiteriez-vous avoir la possibilité de vous allonger ?
 - Jamais
 - Rarement
 - Parfois
 - Très souvent
 - Tout le temps

4. Au cours de ces 4 dernières semaines, vous êtes-vous senti(e) trop fatigué(e) pour travailler ou effectuer vos activités quotidiennes à cause de vos maux de tête ?
 - Jamais
 - Rarement
 - Parfois
 - Très souvent
 - Tout le temps

5. Au cours de ces 4 dernières semaines, avez-vous éprouvé un sentiment de « ras-le-bol » ou d'agacement à cause de vos maux de tête ?

- Jamais
- Rarement
- Parfois
- Très souvent
- Tout le temps

6. Au cours de ces 4 dernières semaines, votre capacité à vous concentrer sur votre travail ou vos activités quotidiennes a-t-elle été limitée à cause de vos maux de tête ?

- Jamais
- Rarement
- Parfois
- Très souvent
- Tout le temps

Calcul du score : Jamais = 6 ; Rarement = 8 ; Parfois = 10 ; Très souvent = 11 ; Tout le temps = 13

Score minimal = 36 ; score maximal = 78

Score global :

Score de 49 ou moins : vos maux de tête semblent avoir peu ou pas d'impact sur votre vie en ce moment. Nous vous encourageons compléter le HIT-6 tous les mois pour continuer à suivre comment vos maux de tête affectent votre vie.

Score entre 50 et 55 : Vos maux de tête semblent avoir un impact sur votre vie. Vos maux de tête ne devraient pas vous faire manquer de temps pour vos activités familiales, professionnelles, scolaires ou sociales. Assurez-vous de discuter de vos résultats HIT-6 et de vos maux de tête lors de votre prochain rendez-vous avec votre médecin.

Score entre 56 et 59 : Vos maux de tête ont un impact significatif sur votre vie. Par conséquent, vous pourriez ressentir une douleur intense et d'autres symptômes, vous faisant manquer certaines activités familiales, du travail, de l'école ou d'autres activités sociales. Prenez rendez-vous **aujourd'hui** pour discuter de vos résultats HIT-6 et de vos maux de tête avec votre médecin.

Score de 60 ou plus : Vos maux de tête ont un impact majeur sur votre vie. Vous pouvez ressentir une douleur invalidante et d'autres symptômes plus graves que ceux des autres personnes souffrant de maux de tête. Ne laissez pas vos maux de tête vous empêcher d'apprécier les choses importantes de votre vie, comme la famille, le travail, l'école ou les activités sociales. Prenez rendez-vous **aujourd'hui** pour discuter de vos résultats HIT-6 et de vos maux de tête avec votre médecin.