

Nom : ..... Age : ..... Sexe : H / F

Type de tumeur : .....

Date actuelle : .....

Traitement :  Chimiothérapie  Radiothérapie  Chimio et radiothérapie  autres

## Testez-vous vous-même

**Vous sentez-vous fatigué(e) ? Avez-vous moins d'énergie ? Est-ce difficile, voire quasi impossible d'accomplir vos activités quotidiennes ?**

Peut-être souffrez-vous alors de fatigue due au cancer ou au traitement du cancer. En complétant le questionnaire ci-dessous <sup>(1)</sup>, vous pourrez juger si c'est effectivement le cas. Ce questionnaire a été proposé pour être inclus dans la Classification Internationale des Maladies <sup>(2) (3)</sup>. Il peut vous aider à évaluer votre sensation de fatigue.

Si vous répondez aux critères ci-dessous, vous devez le signaler à votre équipe soignante, tout comme vous le feriez pour d'autres symptômes et plaintes.

## Critères pour la Fatigue en cas de Cancer

**Un des symptômes suivants s'est produit tous les jours ou presque tous les jours pendant une période de deux semaines au cours du mois dernier:**

- Fatigue importante
- Diminution de l'énergie
- Augmentation du besoin de repos sans rapport avec une modification récente du niveau d'activité






**plus 5 des éléments suivants ou plus:**

- Plaintes de faiblesse généralisée, de lourdeur des membres
- Diminution de la concentration ou de l'attention
- Diminution de la motivation ou de l'intérêt pour les activités habituelles
- Insomnie ou besoin excessif de sommeil (veuillez cocher si vous répondez à un des deux critères)
- Le sommeil n'est pas ressenti comme revigorant ou réparateur
- La sensation qu'il faut faire un gros effort pour surmonter l'inactivité
- Réaction émotionnelle inhabituelle à la sensation de fatigue (par ex., tristesse, frustration ou irritabilité)
- La fatigue empêche de remplir les tâches quotidiennes
- Problèmes de mémoire à court terme
- La fatigue ressentie après un effort dure au moins 2 heures.

(1) Portenoy RK, Itri LM: Cancer-related fatigue: Guidelines for Evaluation and Management. *Oncologist* 4(1): 1-10, 1999.

(2) World Health Organisation, International Classification of Disease Edition 10, 2000.

(3) National Cancer Institute: [cancer.net.nci.nih.gov](http://cancer.net.nci.nih.gov), PDQ Guidelines Fatigue

avec le soutien de	approuvé par	en collaboration avec
	 VLAAMSE LIGA tegen KANKER	 ORTHO BIOTECH JANSSEN-CILAG
	 Belgische Federatie tegen Kanker Fédération Belge contre le Cancer Belgische Fédération gegen Krebs	 SIO SOCIÉTÉ DES INFIRMIER(E)S EN ONCOLOGIE
	 VRO	