

laboratoire fiable, ainsi que la confirmation de toute autre maladie transmise par les tiques. Ne vous fiez pas aux seuls critères du centre d'épidémiologie/américain) qui préconise un test ELISA dans le cadre d'un protocole d'analyse en deux étapes, car ce test n'est pas assez sensible pour confirmer le diagnostic. Utilisez ce questionnaire comme point de départ du travail de détective médical qui vous amènera à poser votre propre diagnostic. N'oubliez jamais que la maladie de Lyme est un diagnostic clinique et que les analyses sanguines ne sont là que pour confirmer vos impressions et déductions cliniques.

Répondez aux questions qui suivent aussi honnêtement que possible. Repensez à ce que vous avez ressenti au cours du mois dernier, à la fréquence à laquelle les problèmes suivants vous ont affectés. Notez la fréquence de l'occurrence de chaque symptôme en utilisant l'échelle suivante : jamais, parfois, souvent, très souvent.

- Jamais = 0
- Parfois = 1
- Souvent = 2
- Très souvent = 3

Rubrique 1 : Fréquence des symptômes

- 1 ● Fièvres, sueurs, bouffées de chaleur ou frissons inexplicables
- 2 ● Changement de poids inexplicé, amaigrissement ou prise de poids
- 3 ● Fatigue, lassitude
- 4 ● Perte de cheveux inexplicé
- 5 ● Ganglions gonflés
- 6 ● Mal à la gorge
- 7 ● Douleurs testiculaires ou pelviennes (dans le bas-ventre)
- 8 ● Règles irrégulières sans raison apparente
- 9 ● Lactation inexplicé, douleurs mammaires
- 10 ● Vessie irritable ou dysfonctionnement urinaire
- 11 ● Troubles sexuels, perte de la libido
- 12 ● Mal à l'estomac, indigestion
- 13 ● Modification des habitudes intestinales (constipation ou diarrhée)

- 14 ● Douleurs thoraciques ou intercostales
- 15 ● Essoufflement, toux
- 16 ● Palpitations, battements « manqués », bloc auriculo-ventriculaire (BAV)
- 17 ● Antécédents de souffle cardiaque ou d'atteinte valvulaire
- 18 ● Douleur ou gonflement d'une ou plusieurs articulations
- 19 ● Raideur de la nuque ou du dos
- 20 ● Douleurs musculaires ou crampes
- 21 ● Tressautement des muscles du visage ou du corps (fasciculations)
- 22 ● Maux de tête
- 23 ● Raideur ou craquements dans le cou
- 24 ● Fourmillements, engourdissements, sensations de brûlure ou de « coup de poignard » (paresthésies)
- 25 ● Paralysie faciale
- 26 ● Vision double ou floue
- 27 ● Audition/oreilles – Bourdonnements, sifflements ou douleur dans les oreilles (acouphènes)
- 28 ● Mal des transports accru, vertige
- 29 ● Vertiges, manque d'équilibre, difficultés à marcher
- 30 ● Trémulations, tremblements
- 31 ● Confusion, difficultés à penser
- 32 ● Difficulté à se concentrer ou à lire
- 33 ● Distraction, mauvaise mémoire à court terme
- 34 ● Désorientation ; je me perds ou je ne vais pas au bon endroit
- 35 ● Difficulté à parler ou à écrire
- 36 ● Sautes d'humeur, irritabilité, dépression
- 37 ● Troubles du sommeil, je dors trop ou trop peu, réveil trop matinal
- 38 ● Effet aggravant de l'alcool sur l'intensité des symptômes ou de la « gueule de bois »

Additionnez vos réponses pour obtenir le total de vos points

Total pour la rubrique 1 :

Rubrique 2 : Symptômes les plus courants

Si vous avez attribué la note « 3 » à chacun des items suivants, attribuez-vous 5 points supplémentaires

- 3● Fatigue
- 33● Distraction, mauvaise mémoire à court terme
- 18● Gonflements ou douleurs articulaires
- 24● Fourmillements, engourdissements, sensations de brûlure ou de « coup de poignard »
- 37● Troubles du sommeil, je dors trop ou trop peu, réveil trop matinal

Total pour la rubrique 2 :

Rubrique 3 : Incidence de la maladie de Lyme

Entourez les points correspondant aux questions auxquelles vous répondez « oui ».

- 1● Vous vous êtes fait mordre par une tique sans présenter d'éruption cutanée ou de symptôme de type grippal. **3 points**
- 2● Vous vous êtes fait mordre par une tique et avez présenté un érythème migrant ou autre éruption cutanée, suivie de symptômes de type grippal. **5 points**
- 3● Vous habitez une zone où la maladie de Lyme est endémique **2 points**
- 4● Une maladie de Lyme ou autre infection transmise par les tiques a été diagnostiquée chez un membre de votre famille. **1 point**
- 5● Vous souffrez de douleurs musculaires migratoires. **4 points**
- 6● Vous souffrez de douleurs articulaires migratoires. **4 points**
- 7● Vous avez de temps en temps des fourmillements, des sensations de brûlure ou d'engourdissement migratoires. **4 points**
- 8● Un syndrome de fatigue chronique ou une fibromyalgie ont déjà été diagnostiqués chez vous. **3 points**
- 9● Une pathologie auto-immune a déjà été diagnostiquée chez vous, qu'elle soit spécifique (lupus, sclérose en plaques ou polyarthrite rhumatoïde) ou pas. **3 points**
- 10● L'un de vos tests de dépistage de la maladie de Lyme (ELISA, Western Blot et/ou PCR) est positif. **5 points**

Total pour la rubrique 3 :

Rubrique 4 : État général

1● En terme d'état général, au cours des 30 derniers jours, pendant combien de jours vous êtes-vous senti en mauvaise santé ? _____ jours

Attribuez-vous les points suivants selon le nombre de jours :

- 0 à 5 jours = **1 point**
- 6 à 12 jours = **2 points**
- 13 à 20 jours = **3 points**
- 21 à 30 jours = **4 points**

2● En terme d'état mental, au cours des 30 derniers jours, pendant combien de jours vous êtes-vous senti en mauvais état ? _____ jours

Attribuez-vous les points suivants en fonction du nombre de jours :

- 0 à 5 jours = **1 point**
- 6 à 12 jours = **2 point**
- 13 à 20 jours = **3 point**
- 21 à 30 jours = **4 point**

Total pour la rubrique 4 :

Calcul du score final :

Reportez ci-dessous vos scores pour chaque rubrique, puis additionnez-les pour calculer votre score final.

- Total pour la rubrique 1 :**
- Total pour la rubrique 2 :**
- Total pour la rubrique 3 :**
- Total pour la rubrique 4 :**
- Score final :**