

## AUTO TEST de QUALITE DE VIE sur les SYMPTÔMES RHINOSINUSIENS

Traduit de l'anglais : SNOT 22 : Sino-nasal outcome 22

Voici une liste de 22 symptômes que vous devez évaluer-vous-même sur les 2 dernières semaines. Il n'y a pas de mauvaise ou bonne réponse, mais ce que vous ressentez est important. Considérez la sévérité, la fréquence du problème et quand il survient. Nous vous remercions pour votre participation. Veuillez coter chaque item ci-dessous en entourant le chiffre qui correspond à votre ressenti, en utilisant le tableau ci-dessous :

	Aucun problème	Problème très léger	Problème léger	Problème modéré	Problème sévère	Problème très sévère
1 Besoin de se moucher	0	1	2	3	4	5
2 Eternuements	0	1	2	3	4	5
3 Nez qui coule	0	1	2	3	4	5
4 Toux	0	1	2	3	4	5
5 Ecoulement nasal postérieur	0	1	2	3	4	5
6 Ecoulement nasal postérieur	0	1	2	3	4	5
7 Oreilles bouchées	0	1	2	3	4	5
8 Vertiges	0	1	2	3	4	5
9 Douleur/pression dans l'oreille	0	1	2	3	4	5
10 Douleur/pression faciale	0	1	2	3	4	5
11 Difficulté pour s'endormir	0	1	2	3	4	5
12 Se réveiller la nuit	0	1	2	3	4	5
13 Manque d'une bonne nuit de sommeil (mauvaise qualité de sommeil)	0	1	2	3	4	5
14 Se réveiller fatigué	0	1	2	3	4	5
15 Fatigue durant la journée	0	1	2	3	4	5
16 Baisse de productivité de rendement, et d'efficacité	0	1	2	3	4	5
17 Baisse de concentration	0	1	2	3	4	5

18 Frustration, agitation, irritabilité	0	1	2	3	4	5
19 Baisse de moral, tristesse	0	1	2	3	4	5
20 Gène, inconfort	0	1	2	3	4	5
21 Perturbation du goût, de l'odorat	0	1	2	3	4	5
22 Obstruction, congestion nasale	0	1	2	3	4	5
	TOTAL des COLONNES					
	TOTAL GENERAL					

La moyenne des réponses est 42

Le maximum est 110

La normale est < 10

Un traitement montre un intérêt s'il y a une baisse de 9 points à 3 mois