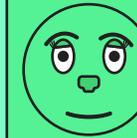
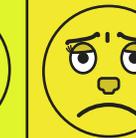
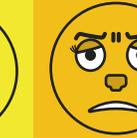


# Journal de douleur à utiliser en cas de maladie polykystique rénale autosomique dominante (MPRAD)

► Les médecins demandent souvent aux patients d'évaluer leur douleur sur une échelle de 1 à 10, 0 représentant une absence de douleur et 10 une douleur extrême. Cette échelle indique également les conséquences de la douleur sur votre qualité de vie et/ou votre capacité à mener à bien vos activités quotidiennes. Vous pouvez utiliser l'infographie présentée dans ce journal de douleur pour déterminer comment évaluer votre douleur.

											
Intensité de la douleur	0 Aucune douleur	1 à 2 Douleur légère		3 à 5 Douleur modérée		6 à 7 Douleur intense		8 à 9 Douleur très intense		10 Pire douleur possible	
Impact sur la qualité de vie (QdV)	Qualité de vie normale	➔									Qualité de vie non fonctionnelle
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parvient à travailler/faire du bénévolat, pratique des activités normales au quotidien</li> <li>Peut avoir une vie sociale en dehors du travail</li> <li>Participe activement à la vie familiale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parvient à travailler/faire du bénévolat, peut être actif/active 8 heures par jour</li> <li>Peut avoir des activités sociales extérieures limitées</li> <li>Participe à la vie familiale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parvient à travailler/faire du bénévolat au moins 6 heures par jour</li> <li>S'efforce de planifier une activité sociale par semaine</li> <li>Est actif/active les fins de semaine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parvient à travailler/faire du bénévolat quelques heures par jour</li> <li>Est actif/active au moins 5 heures par jour</li> <li>Parvient à faire des activités simples en fin de semaine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parvient à travailler/faire du bénévolat pendant un nombre d'heures limité</li> <li>Peut participer à des activités sociales limitées en fin de semaine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parvient à travailler/faire du bénévolat le moins d'heures possible</li> <li>Effectue des tâches ménagères simples à la maison</li> <li>Pratique un minimum d'activités extérieures 2 jours par semaine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>N'est pas capable de travailler/faire du bénévolat</li> <li>A des difficultés à accomplir ses tâches quotidiennes</li> <li>Ne peut prendre part à aucune activité extérieure</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parvient à s'habiller le matin</li> <li>Peut effectuer un minimum d'activités à domicile</li> <li>Les contacts avec les amis se font par téléphone et par courriel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parvient à sortir du lit, mais pas à s'habiller</li> <li>Reste à la maison toute la journée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reste au lit au moins la moitié de la journée</li> <li>N'a aucun contact avec le monde extérieur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reste au lit toute la journée</li> <li>Éprouve un sentiment de désespoir et d'impuissance face à la vie</li> </ul>