

ECHELLE DE DEPRESSION BIPOLAIRE de M.BERK (BDRS)

Traduction française : J-P.Lépine, I.Nieto

CONSIGNE: « *Je vais maintenant vous interroger sur les symptômes que vous présentez actuellement. Lorsque vous répondez, veuillez garder à l'esprit uniquement votre état actuel ou celui des derniers jours* ».

Cocher la réponse correspondante

1. Humeur dépressive

Rapportée par le patient ou présence de symptômes dépressifs observés tels que : tristesse, pessimisme, perte d'espoir, morosité ou sentiment d'impuissance

- 0 absente
- 1 légère [périodes de dépression brèves et transitoires ou humeur dépressive légère]
- 2 modérée [humeur dépressive présente mais non permanente avec expression d'autres émotions, ou dépression d'intensité modérée]
- 3 sévère [humeur dépressive permanente et envahissante ou d'intensité sévère]

2. Perturbation du sommeil

(Coter la section **A** ou **B**)

Modifications de la quantité globale du sommeil sur les 24 heures, indépendantes d'éventuels facteurs externes

A: Insomnie (réduction du temps total de sommeil)

- 0 absente
- 1 légère [moins de 2 heures]
- 2 modérée [entre 2 et 4 heures]
- 3 sévère [plus de 4 heures]

OU

B: Hypersomnie (augmentation du temps total de sommeil, y compris sommeil dans la journée)

- 0 absente
- 1 légère [moins de 2 heures ou temps normal mais non récupérateur]
- 2 modérée [plus de 2 heures]
- 3 sévère [plus de 4 heures]

3. Perturbation de l'appétit

(Coter la section **A** ou **B**)

Modifications de l'appétit et de l'alimentation, indépendantes d'éventuels facteurs externes

A. Perte d'appétit

- 0 absente
- 1 légère [pas de modification de l'alimentation mais doit se forcer pour manger ou impression de nourriture sans saveur]
- 2 modérée [diminution de l'alimentation]
- 3 sévère [diminution notable de l'alimentation, ne mange presque rien]

OU

B. Augmentation de l'appétit

- 0 absente
- 1 légère [pas d'augmentation de l'alimentation mais faim augmentée]
- 2 modérée [augmentation de l'alimentation par ex. mange pour se reconforter]
- 3 sévère [augmentation importante de l'alimentation ou envies impérieuses de manger]

4. Diminution des investissements sociaux

Diminution des interactions et des investissements sociaux et interpersonnels

- 0 absente [normal]
- 1 légère [diminution légère des investissements sans conséquences sur le fonctionnement social ou interpersonnel]
- 2 modérée [nette diminution des engagements sociaux avec répercussions sur le fonctionnement par ex : évitement de certains engagements et conversations]
- 3 sévère [diminution marquée des interactions sociales ou évitement de la plupart des contacts sociaux par ex : refus de répondre au téléphone ou de voir des amis ou de la famille]

5. Diminution de l'énergie et des activités

Diminution de l'énergie, de la motivation et des comportements dirigés vers un but

- 0 absente
- 1 légère [capacité à s'engager dans les activités habituelles mais avec un effort accru]
- 2 modérée [diminution significative de l'énergie entraînant une diminution de certaines obligations]
- 3 sévère [sentiment de chape de plomb ou arrêt des principales activités par ex : passe tout son temps au lit, évite de répondre au téléphone, néglige son hygiène corporelle]

6. Diminution de la motivation

Diminution de la motivation et des activités dirigées vers un but

- 0 absente [motivation habituelle]
- 1 légère [diminution légère sans perturbation du fonctionnement]
- 2 modérée [motivation réduite avec réduction significative des activités volontaires ou nécessité de faire des efforts pour maintenir un fonctionnement habituel]
- 3 sévère [motivation réduite avec altération significative du fonctionnement habituel ou des comportements dirigés vers un but]

7. Altérations de la concentration et de la mémoire

Existence de difficultés attentionnelles, mnésiques et de concentration avec répercussions sur le fonctionnement habituel

- 0 absentes
- 1 légères [difficultés légères d'attention, de concentration et de mémoire sans altération du fonctionnement]
- 2 modérées [difficultés significatives d'attention, de concentration et oublis à répétition avec conséquences sur le fonctionnement]
- 3 sévères [difficultés importantes de concentration et de mémoire avec répercussions marquées par ex: incapacité à lire ou regarder la TV]

8. Anxiété

Existence d'inquiétudes, tension interne, symptômes somatiques d'anxiété tels que : palpitations, tremblements, vertiges, picotements et fourmillements, sueurs, dyspnée, diarrhée, boule à l'estomac, étourdissements

- 0 absente
- 1 légère [inquiétude ou tension transitoire concernant des problèmes mineurs]
- 2 modérée [anxiété, tension ou inquiétudes significatives ou présence de symptômes somatiques]
- 3 sévère [anxiété, tension ou inquiétude marquées et permanentes qui interfèrent avec les activités habituelles ou existence d'attaques de panique]

9. Anhédonie

Diminution de la capacité à ressentir du plaisir dans les activités habituellement plaisantes

- 0 absente
- 1 légère [légère diminution du plaisir dans les activités habituellement plaisantes]
- 2 modérée [diminution significative du plaisir dans les activités habituellement plaisantes avec persistance de plaisir dans quelques activités isolées]
- 3 sévère [incapacité totale à éprouver du plaisir]

10. Anesthésie affective

Réduction de l'intensité ou de la gamme des émotions

- 0 absente
- 1 légère [réduction légère de la gamme ou de l'intensité des affects]
- 2 modérée [restriction significative de la gamme des affects avec préservation de quelques émotions par ex. incapacité à pleurer]
- 3 sévère [restriction marquée et envahissante de la gamme des affects ou incapacité à ressentir les émotions habituelles]

11. Sentiment d'inutilité

Sentiment subjectif ou pensée de perte de valeur et d'estime de soi

- 0 absente
- 1 léger [altération minimale de l'estime de soi]
- 2 modéré [quelques pensées d'inutilité et diminution de l'estime de soi]
- 3 sévère [sentiment marqué, envahissant d'inutilité par ex. penser que les autres seront mieux sans eux, incapacité à apprécier ses propres qualités]

12. Sentiment de désespoir et d'impuissance

Sentiment de pessimisme ou de morosité concernant le futur, incapacité à faire face, impression de perte de contrôle

- 0 absent
- 1 léger [sentiment léger de ne pas pouvoir faire face comme d'habitude ou pessimisme]
- 2 modéré [sentiment d'être souvent incapable de faire face ou sentiment de désespoir ou d'impuissance fluctuant]
- 3 sévère [sentiment persistant de pessimisme, de désespoir et/ou d'impuissance]

13. Idées de suicide

Pensées ou sentiment que la vie ne vaut pas la peine, pensées de mort ou de suicide

- 0 absentes
- 1 légères [pensées que la vie n'en vaut pas la peine ou qu'elle n'a pas des sens]
- 2 modérées [pensées de mort sans projet de suicide]
- 3 sévères [pensées ou projet de suicide]

14. Culpabilité

Reproches, sentiment d'échec ou remords concernant des erreurs passées réelles ou imaginaires

- 0 absente
- 1 légère [diminution légère de l'estime de soi ou augmentation des autoaccusations]
- 2 modérée [sentiment d'échec, autocritique, incapacité à faire face ou ruminations importantes concernant les échecs passés et leurs conséquences sur l'entourage. Capacité à reconnaître ce raisonnement comme excessif]
- 3 sévère [culpabilité marquée, persistante ou envahissante, sentiment de mériter d'être puni, sans reconnaissance du caractère excessif de ce raisonnement]

15. Symptômes psychotiques

Présence d'idées erronées, délire ou hallucinations

- 0 absents
- 1 légers [existence de quelques idées erronées par ex. autocritique ou pessimisme sans effet net sur le comportement]
- 2 modérés [pensées erronées nombreuses avec répercussions sur le comportement]
- 3 sévères [symptômes psychotiques évidents tels que délire et hallucinations]

16. Irritabilité

Existence d'une irritabilité inhabituelle, facilement en colère, tendance à démarrer au quart de tour se manifestant par des explosions verbales ou physiques

- 0 absente
- 1 légère [impression subjective d'irritabilité, mais non visible]
- 2 modérée [hargne, irritabilité visible au cours de l'entretien]
- 3 sévère [existence d'explosions physiques par ex. jette ou casse des objets, ou présence d'emportements verbaux]

17. Labilité de l'humeur

Labilité ou fluctuations de l'humeur

- 0 absente
- 1 légère [impression subjective d'augmentation légère de la labilité]
- 2 modérée [labilité émotionnelle observée, d'intensité modérée]
- 3 sévère [labilité de l'humeur marquée, fréquente avec fluctuations de l'humeur importantes]

18. Augmentation de l'activité motrice

Impression subjective et objective d'une augmentation de l'activité motrice et de la motivation

- 0 absente [activité motrice normale]
- 1 légère [augmentation légère non observable durant l'entretien]
- 2 modérée [augmentation nette et observable de l'énergie et de l'activité motrice]
- 3 sévère [augmentation marquée et permanente de l'activité motrice]

19. Augmentation du débit verbal

Accélération et augmentation du débit verbal ou fuite des idées

- 0 absente
- 1 légère [augmentation légère dans le débit ou la quantité du discours]
- 2 modérée [pensées qui défilent, patient plus bavard, distractible ou existence de digressions n'entravant pas l'entretien]
- 3 sévère [fuite des idées entravant l'entretien]

20. Agitation

Impatience motrice ou agitation

- 0 absente
- 1 légère [impatience légère]
- 2 modérée [augmentation du niveau d'agitation]
- 3 sévère [agitation marquée par ex. frottements ou torsions de mains incessants]

TOTAL:
