

Outil d'aide au repérage PQPTM chez l'adulte (PHQ-2 et GAD-2)

Aide-mémoire



Dans le cadre du PQPTM, le repérage réfère au processus de reconnaissance des personnes présentant des indices de trouble mental fréquent. Il consiste à relever des indices de trouble non encore identifié ou de facteurs de risque. Au terme du repérage, l'intervenant(e) pourra prendre la décision de poursuivre ou non la démarche évaluative par l'appréciation des symptômes anxieux et dépressifs, ainsi que du fonctionnement au quotidien.¹

Repérage des symptômes dépressifs

Facteurs de risque	Symptômes possibles
<ul style="list-style-type: none">• Antécédents personnels de trouble dépressif• Antécédents familiaux de troubles mentaux (troubles anxieux, trouble dépressif, etc.)• Consommation abusive d'alcool ou de drogues ou dépendance à ces substances• Antécédents relatifs à un problème de santé physique chronique• Facteurs de stress liés à l'environnement familial, social ou professionnel (décès d'un être cher, perte d'emploi, séparation, etc.)• Expériences de vie négatives et imprévisibles vécues dans le passé (maltraitance, pertes, abus, traumatisme, etc.)	<ul style="list-style-type: none">• Humeur dépressive (se sent triste ou vide, pleure)• Diminution de l'intérêt ou du plaisir pour les activités usuelles ou perte de motivation• Perte ou gain de poids significatif ou augmentation ou diminution de l'appétit• Insomnie ou hypersomnie• Agitation ou ralentissement psychomoteur• Fatigue ou perte d'énergie• Sentiment de dévalorisation ou culpabilité excessive ou inappropriée• Baisse de la concentration ou indécision• Pensées de mort (dans l'affirmative, intervenez conformément aux bonnes pratiques en prévention du suicide)

Référence : Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2024). *Facteurs de risque et symptômes du trouble dépressif chez les adultes Outil d'aide au repérage : aide-mémoire – Programme québécois pour les troubles mentaux : des autosoins à la psychothérapie* (Document non publié). Gouvernement du Québec.

¹ *Facteurs de risque et symptômes de troubles anxieux chez les adultes - Outil d'aide au repérage : Aide-mémoire. Programme Québécois pour les troubles mentaux : des autosoins à la psychothérapie. 5 novembre 2024.*

Outil de repérage : PHQ-2

Le questionnaire d'appréciation PHQ-2 correspond à la version abrégée du questionnaire d'appréciation complet PHQ-9; il s'agit des deux premières questions du PHQ-9 qui sont les critères clés évoquant la présence ou non de symptômes dépressifs. Il permet au professionnel de situer la fréquence des symptômes dépressifs vécus par la personne.

Questionnaire d'appréciation des symptômes dépressifs (PHQ-2)

	Presque tous les jours (3)	Plus de la moitié des jours (2)	Plusieurs jours (moins de 7 jours sur 14) (1)	Jamais (0)	Score
« Au cours des deux dernières semaines, combien de jours avez-vous été dérangé par les problèmes suivants? »					
* Faire la somme des chiffres correspondant aux réponses de la personne.					
1. « Peu d'intérêt ou de plaisir à faire les choses. »	3	2	1	0	
2. « Vous sentir triste, déprimé ou désespéré. »	3	2	1	0	

Copyright © 2002-2022 Pfizer Inc. (Tiré de : Pfizer, s. d.; Kroenke et al., 2003; adapté de : IUSMM, 2021)

Interprétation des résultats :

- Additionner les chiffres correspondant aux réponses de la personne.
- Si la personne obtient un score de **3 ou plus*** aux questions de repérage, vous pouvez compléter les autres questions du PHQ-9 afin d'apprécier les symptômes dépressifs (sévérité).

* Selon le contexte et votre jugement clinique, vous pourriez décider de compléter les autres questions du PHQ-9, même si le score obtenu est inférieur à 3.

Repérage des symptômes anxieux

Facteurs de risque	Symptômes possibles
<ul style="list-style-type: none">• Antécédents personnels de troubles anxieux• Antécédents familiaux de troubles mentaux (troubles anxieux, trouble dépressif, etc.)• Facteurs de stress liés à l'environnement familial, social ou professionnel (décès d'un être cher, perte d'emploi, séparation, etc.)• Inhibition comportementale	<ul style="list-style-type: none">• Tendance à se fatiguer rapidement• Troubles du sommeil• Maux de tête• Difficulté à se concentrer• Étourdissements, vertiges ou impressions d'évanouissement• Nausées, diarrhées ou inconfort abdominal• Palpitations ou accélération du rythme cardiaque



- Tempérament : faible estime de soi ou difficulté à s'adapter aux différentes situations de vie
- Certains problèmes de santé comme les maladies respiratoires ou l'hyperthyroïdie
- Abus ou consommation de certaines substances comme la caféine ou l'alcool ou de certaines drogues stimulantes comme la cocaïne ou les amphétamines
- Serrements ou douleurs à la poitrine
- Sensation d'étouffement ou d'étranglement
- Transpiration excessive, bouffées de chaleur ou, au contraire, frissons
- Tremblements ou secousses musculaires parfois généralisées à tout le corps
- Sentiment d'irréalité et de perte de contrôle
- Engourdissements ou picotements
- Sentiment d'inquiétude
- Évitement de lieux, de contextes sociaux
- Peur de mourir

Référence : Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2024). *Facteurs de risque et symptômes de troubles anxieux chez les adultes Outil d'aide au repérage : aide-mémoire – Programme québécois pour les troubles mentaux : des autosoins à la psychothérapie* (Document non publié). Gouvernement du Québec.

Outil de repérage : GAD-2

Le questionnaire d'appréciation GAD-2 correspond à la version abrégée du questionnaire d'appréciation complet GAD-7; il s'agit des deux premières questions du GAD-7. Il permet au professionnel de situer la fréquence des symptômes anxieux vécus par la personne.

Questionnaire d'appréciation des symptômes d'anxiété généralisée (GAD-2)

	Presque tous les jours (3)	Plus de la moitié des jours (2)	Plusieurs jours (moins de 7 jours sur 14) (1)	Jamais (0)	Score
« Au cours des deux dernières semaines, à quelle fréquence avez-vous été dérangé par les problèmes suivants? »					
* Faire la somme des chiffres correspondant aux réponses de la personne.					
1. « Un sentiment de nervosité, d'anxiété ou de tension. »	3	2	1	0	
2. « Une incapacité à arrêter de s'inquiéter ou à contrôler ses inquiétudes. »	3	2	1	0	

Copyright © 2002-2022 Pfizer Inc. (Tiré de : Pfizer, s. d.; Spitzer et al., 2006; Adapté de : IUSMM, 2021)

Interprétation des résultats :

- Additionner les chiffres correspondant aux réponses de la personne.
- Si la personne obtient un score de **3 ou plus** aux questions de repérage, compléter les autres questions du GAD-7 afin d'apprécier les symptômes anxieux (sévérité)



- Si la personne obtient un score **inférieur à 3** aux questions de repérage et que, selon votre jugement clinique, la possibilité que la personne ait des symptômes s'apparentant à un trouble anxieux demeure présente, posez la question suivante :

« En répondant par oui ou par non, évitez-vous des lieux ou des activités, et cette situation est-elle une source de problèmes? »	OUI	NON
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----	-----

Copyright © 2002-2022 Pfizer Inc. (Tiré de : Pfizer, s. d.; Adapté de : IUSMM, 2021)

Si la personne répond **par l'affirmative***, la présence d'un trouble anxieux est possible, vous pouvez compléter les autres questions du GAD-7 afin d'apprécier les symptômes anxieux (sévérité).

* Selon le contexte et votre jugement clinique, vous pourriez décider de compléter les autres questions du GAD-7, même si la personne répond NON.

Références

Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2020). *Document d'information à l'intention des établissements — Programme québécois pour les troubles mentaux : des autosoins à la psychothérapie (PQPTM)* (publication no 20-914-07W). Gouvernement du Québec. <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2020/20-914-07W.pdf>

Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2020). *Document de soutien pour le repérage, l'intervention et l'orientation pour les adultes présentant des symptômes associés aux troubles mentaux fréquents dans les services sociaux généraux Résumé des recommandations des étapes 1 et 2 du Programme québécois pour les troubles mentaux : des autosoins à la psychothérapie* (publication no 20-914-02W). Gouvernement du Québec. <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2020/20-914-02W.pdf>

Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2024). *Facteurs de risque et symptômes de troubles anxieux chez les adultes Outil d'aide au repérage : aide-mémoire – Programme québécois pour les troubles mentaux : des autosoins à la psychothérapie* (Document non publié). Gouvernement du Québec.

Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2024). *Facteurs de risque et symptômes du trouble dépressif chez les adultes Outil d'aide au repérage : aide-mémoire – Programme québécois pour les troubles mentaux : des autosoins à la psychothérapie* (Document non publié). Gouvernement du Québec.

Ministère de la Santé et des Services sociaux. (2021). *Troubles mentaux fréquents : repérage et trajectoires de services Guide de pratique clinique* (publication no 21-914-11W). Gouvernement du Québec. <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2021/21-914-11W.pdf>

