

Échelle des symptômes somatiques (SSS-8)

Le SSS-8 est un questionnaire bref d'auto-évaluation conçu pour mesurer la charge des symptômes somatiques au cours des 7 derniers jours. Il explore huit plaintes physiques fréquentes, notamment les douleurs gastro-intestinales, dorsales ou articulaires, la fatigue, les céphalées, les sensations vertigineuses, les palpitations ou l'essoufflement, ainsi que les troubles du sommeil. Très utilisé en médecine générale, en psychosomatique et en psychologie clinique, il permet un repérage rapide de l'intensité des symptômes somatiques, le suivi de leur évolution et l'évaluation de la sévérité globale de la détresse somatique. C'est un outil de dépistage et de suivi, utile en complément de l'entretien clinique, mais il ne pose pas à lui seul un diagnostic.

Nombre de questions	8 questions
Durée estimée	2 minutes
Langue	Français
Nom original	Somatic Symptom Scale-8
Public cible	Adulte
Auteurs	Birgit Gierk, Martin Kohlmann, Kurt Kroenke, Lutz Spangenberg, Markus Zenger, Elmar Brähler, Bernd Löwe (2014)

Aperçu des 8 questions

Au cours des 7 derniers jours, dans quelle mesure avez-vous été gêné(e) par les problèmes suivants ?

Problèmes d'estomac ou d'intestins

Pas du tout | Un peu | Modérément | Beaucoup | Énormément

Au cours des 7 derniers jours, dans quelle mesure avez-vous été gêné(e) par les problèmes suivants ?

Mal de dos

Pas du tout | Un peu | Modérément | Beaucoup | Énormément

Au cours des 7 derniers jours, dans quelle mesure avez-vous été gêné(e) par les problèmes suivants ?

Douleurs dans les bras, les jambes ou les articulations

Pas du tout | Un peu | Modérément | Beaucoup | Énormément

Au cours des 7 derniers jours, dans quelle mesure avez-vous été gêné(e) par les problèmes suivants ?

Maux de tête

Pas du tout | Un peu | Modérément | Beaucoup | Énormément

Au cours des 7 derniers jours, dans quelle mesure avez-vous été gêné(e) par les problèmes suivants ?

Douleurs dans la poitrine ou essoufflement

Pas du tout | Un peu | Modérément | Beaucoup | Énormément

Faites passer vos questionnaires en ligne

Envoyez un lien à votre patient : il répond depuis son téléphone ou son ordinateur, et vous recevez les résultats cotés par email.

Voir le questionnaire sur mentaal.org ›

Cotations & interprétations

Chaque item est coté de 0 à 4 selon l'intensité de la gêne ressentie durant les 7 derniers jours : 0 = pas du tout, 1 = un peu, 2 = assez, 3 = beaucoup, 4 = énormément. Le score total varie de 0 à 32 ; plus il est élevé, plus la charge symptomatique somatique est importante. Les seuils les plus utilisés sont : 0-3 minimal, 4-7 faible, 8-11 moyen, 12-15 élevé, 16-32 très élevé. L'interprétation doit être intégrée au contexte médical et psychologique du patient.

Vous êtes psychologue ?

Avec Mentaal, disposez d'informations pertinentes pour accompagner vos patients.

- Tests standardisés
- Cotation automatique
- Résultats reçus par e-mail

Essayer gratuitement | Voir tous les questionnaires

★★★★★

“Sceptique au départ, je ne peux finalement plus me passer de cet outil dans ma pratique.”

 Elodie C. - Psychologue TCC