

Autoévaluation de la douleur thoracique

Ce questionnaire peut aider à mieux décrire votre douleur thoracique avant une consultation. Il ne remplace pas une évaluation médicale. Si la douleur est intense, soudaine ou accompagnée d'essoufflement, de vertiges ou d'une irradiation vers le bras ou la mâchoire, consultez immédiatement.

1. Localisation de la douleur

Zone principale de la douleur :	
La douleur suit-elle le trajet d'une côte ?	Oui / Non
La douleur est-elle plus à l'avant, sur le côté ou dans le dos ?	

2. Intensité de la douleur (échelle 0–10)

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

3. Facteurs qui augmentent la douleur

Respiration profonde	
Toux ou éternuement	
Mouvements du tronc	
Pression sur la zone	
Posture prolongée	

4. Contexte d'apparition

La douleur est apparue après un effort physique ?	Oui / Non
Avez-vous eu une toux prolongée récemment ?	Oui / Non
Avez-vous subi un traumatisme thoracique ?	Oui / Non
Depuis combien de temps la douleur est-elle présente ?	

Signes nécessitant une évaluation médicale rapide

Consultez rapidement un professionnel de santé si la douleur thoracique s'accompagne de : • essoufflement important • douleur irradiant vers le bras, le cou ou la mâchoire • vertiges ou malaise • douleur très intense et soudaine

Osteomag – Document éducatif destiné à aider les patients à décrire leurs symptômes.