

PCLS / Posttraumatic stress disorder Checklist Scale (Echelle de l'état de stress post-traumatique)

Le questionnaire de l'échelle PCLS est simple et facile à remplir. Elle est très utile pour le dépistage d'un état de stress post-traumatique dans la clinique et la recherche.

La PCLS a été créée en 1993 par Weathers F.W. et al., selon les critères diagnostiques du DSM IV. Cet auto-questionnaire traduit en français, a été validé en 2003 pour le dépistage et le suivi de l'ESPT par Cottraux J. et al., puis par le service de santé des armées en 2011¹.

L'échelle est composée de 17 items évaluant l'intensité des 17 symptômes d'ESPT présentés dans le DSM IV.

Chaque question est à coter entre 1 et 5 suivant l'intensité et la fréquence des symptômes au cours du mois précédent.

Les 17 items peuvent être regroupés en 3 échelles correspondant aux 3 syndromes principaux de l'ESPT :

- **L'intrusion** (items 1 à 5) ;
- **L'évitement** (items 6 à 12)
- **L'hyperstimulation** (items 13 à 17).

Avec le score seuil de 44 pour le diagnostic ESPT, la sensibilité est de 97 % et la spécificité de 87 %. Avec un seuil à 34¹ l'échelle PCLS permet avec une sensibilité de 78 % et une spécificité de 94 % de repérer les sujets relevant d'une prise en charge psychiatrique ou psychothérapeutique au-delà de la présence ou non d'un ESPT.

Lors du premier entretien psychologique, le patient présentant une suspicion d'un ESPT est évalué avec l'échelle PCLS (Posttraumatic stress disorder CheckList Scale). Les patients présentant un score PCLS supérieur à 34 sont orientés en psychothérapie (hypnothérapie et/ou TCC, EMDR). Les patients présentant un score non significatif (< 34) reçoivent une information sur les troubles psychiques post-traumatiques pouvant apparaître ultérieurement, leur traitement et les modalités de prise en charge. Ils sont revus régulièrement en entretiens et réévalués avec l'échelle PCLS.

¹ PAUL F. POMMIER DE SANTI V. MARIMOUTOU C. DEPARIS X. L'Encéphale Paris 2013. *Validation de l'échelle PCLS et d'un auto-questionnaire court dans le cadre du dépistage des états de stress post-traumatiques chez les militaires de retour de mission* - La psychiatrie en milieu militaire - Elsevier Masson

Échelle de l'état de stress post-traumatique PCL-S (Posttraumatic Checklist Scale)

Nom : _____ Prénom : _____ Âge : _____ Sexe : _____ Date : / / .

Instructions

Veillez trouver ci-dessous une liste de problèmes et de symptômes fréquents à la suite d'un épisode de vie stressant. Veuillez lire chaque problème avec soin puis veuillez entourer un chiffre à droite pour indiquer à quel point vous avez été perturbé par ce problème dans le *mois précédent*.

L'événement stressant que vous avez vécu était (décrivez-le en une phrase) : _____

Date de l'événement : ____/____/____

	Pas du tout	Un peu	Parfois	Souvent	Très souvent
1. Être perturbé(e) par des souvenirs, des pensées ou des images en relation avec cet épisode stressant.	1	2	3	4	5
2. Être perturbé(e) par des rêves répétés en relation avec cet événement.	1	2	3	4	5
3. Brusquement agir ou sentir comme si l'épisode stressant se reproduisait (comme si vous étiez en train de le revivre).	1	2	3	4	5
4. Se sentir très bouleversé(e) lorsque quelque chose vous rappelle l'épisode stressant.	1	2	3	4	5
5. Avoir des réactions physiques, par exemple battements de cœur, difficultés à respirer, sueurs lorsque quelque chose vous a rappelé l'épisode stressant.	1	2	3	4	5
6. Éviter de penser ou de parler de votre épisode stressant ou éviter des sentiments qui sont en relation avec lui.	1	2	3	4	5
7. Éviter des activités ou des situations parce qu'elles vous rappellent votre épisode stressant.	1	2	3	4	5
8. Avoir des difficultés à se souvenir de parties importantes de l'expérience stressante.	1	2	3	4	5
9. Perte d'intérêt dans des activités qui habituellement vous faisaient plaisir.	1	2	3	4	5
10. Se sentir distant ou coupé(e) des autres personnes.	1	2	3	4	5
11. Se sentir émotionnellement anesthésié(e) ou être incapable d'avoir des sentiments d'amour pour ceux qui sont proches de vous.	1	2	3	4	5
12. Se sentir comme si votre avenir était en quelque sorte raccourci.	1	2	3	4	5
13. Avoir des difficultés pour vous endormir ou rester endormi(e).	1	2	3	4	5
14. Se sentir irritable ou avoir des bouffées de colère.	1	2	3	4	5
15. Avoir des difficultés à vous concentrer.	1	2	3	4	5
16. Être en état de super-alarme, sur la défensive, ou sur vos gardes.	1	2	3	4	5
17. Se sentir énervé(e) ou sursauter facilement.	1	2	3	4	5

Score total | _ | _ | _ | _ |