

Questionnaire :

## Les troubles fonctionnels digestifs et intestinaux – version 2021

**Si vous faites ce questionnaire pour la première fois :** Répondez spontanément aux différentes propositions suivantes en vous référant à la période des trois derniers mois.

**Si vous refaites ce questionnaire pour contrôler une évolution :** Répondez spontanément aux différentes propositions suivantes en vous référant à la période des trois dernières semaines.

**0 = jamais, cela ne me concerne pas**

**1 = rarement, occasionnellement**

**2 = régulièrement**

**3 = très fréquemment ou invalidant**

Que ressentez-vous et à quelle fréquence cela vous gêne ?	0	1	2	3
<b>Catégorie 1 : troubles fonctionnels digestifs supérieurs /8</b>				
J'ai la bouche sèche, un manque de salive				
J'ai des aphtes ou des douleurs dans la bouche qui me gênent				
J'ai facilement une mauvaise haleine, une langue chargée				
J'ai des douleurs ou des brûlures d'estomac				
J'ai un reflux gastro-œsophagien, des brûlures acides				
Je tousse fréquemment après le repas				
Je prends un médicament pour l'acidité de l'estomac				
J'ai déjà fait un ulcère ou j'ai été traité pour Helicobacter pylori				
<b>Score C1</b>	Note/24			
<b>Catégorie 2 : troubles fonctionnels digestifs moyen- grêle /7</b>				
J'ai une digestion lente				
J'ai souvent des gaz, des ballonnements après le repas				
J'ai souvent des gaz, des « pets » malodorants				

J'ai fréquemment des nausées après les repas				
Je supporte très mal les excès de table, l'alcool, le gras				
Je tolère mal les produits laitiers, le lactose				
J'ai des migraines après certains repas ou certains aliments				
<b>Score C2</b>	Note/21			
<b>Catégorie 3 : troubles fonctionnels digestifs inférieurs – transit/5</b>				
Je suis fréquemment constipé				
J'ai un transit accéléré, des diarrhées				
J'ai fréquemment une alternance de constipation et de diarrhée				
J'éprouve un besoin pressant d'aller à la selle				
J'ai parfois une sensation de défécation incomplète				
<b>Score C3</b>	Note / 15			
<b>Catégorie 4 : troubles fonctionnels digestifs inférieurs – selles/6</b>				
J'ai des selles molles, mal liées				
J'ai des selles liquides				
J'ai des selles très dures				
Mes selles sont souvent grasses, collantes, pâteuses				
J'ai des glaires ou du mucus dans mes selles				
Mes selles sont très malodorantes				
<b>Score C4</b>	Note/18			
<b>Catégorie 5 : troubles fonctionnels digestifs inférieurs – douleurs intestinales/5</b>				
Je ressens fréquemment une gêne au niveau du ventre, de l'intestin				
Mon ventre et mon intestin me semblent sensibles				
J'ai parfois des crampes intestinales douloureuses				
J'ai des crises de coliques (douleurs) qui durent de quelques heures à quelques jours				
Lorsque je vais à la selle, c'est souvent douloureux				
<b>Score C5</b>	Note / 15			
<b>Score global</b>	Note / 93			



## Score par Catégories

- 1. Digestifs supérieurs (24)**
  - a. Score < 7
  - b. Score entre 8 et 12
  - c. > 13
- 2. Moyen grêle (21)**
  - a. Score < 7
  - b. Score entre 8 et 10
  - c. > 11
- 3. Transit (15)**
  - a. Score < 3
  - b. Score entre 4 et 6
  - c. > 7
- 4. Selles (18)**
  - a. Score < 4
  - b. Score entre 5 et 9
  - c. > 10
- 5. Douleurs intestinales (15)**
  - a. Score < 3
  - b. Score entre 4 et 6
  - c. > 7

## Score global (93)

- a. < 23**
- b. 24 à 49**
- c. > 50**

A : absence de troubles fonctionnels

B : troubles fonctionnels modérés à importants

C : prédominance de troubles fonctionnels majeurs



**S.I.I.N.- Scientific Institute for Intelligent Nutrition**  
**Institut Scientifique pour une Nutrition Raisonnée**