QUESTIONNAIRE Q.D.N.

YSONUT

Nom : ..... Prénom : .....

Date : .....

Le questionnaire Q.D.N. a pour but de dépister des troubles de l'humeur et des comportements alimentaires résultants d´un défaut de synthèse de trois neuromédiateurs : Dopamine, Noradrénaline et Sérotonine. La production de ces molécules par le cerveau dépend directement des horaires de prise et des apports nutritionnels en acides aminés précurseurs : Tyrosine et Tryptophane.

Pour chaque question, il faut répondre en fonction de la fréquence du symptôme.

COTATION :
0 = jamais
1 = parfois
2 = souvent
3 = très souvent

AXE DOPAMINERGIQUE et NORADRÉNERGIQUE

ACTUELLEMENT, avez-vous le sentiment :

0	1	2	3	
☐	☐	☐	☐	**D'être replié(e) sur vous-même, sans envie de voir les autres**
☐	☐	☐	☐	**De perdre votre motivation, de vous sentir démotivé(e)**
☐	☐	☐	☐	**De reporter à plus tard ce qu'il vous faudrait faire**
☐	☐	☐	☐	**D'être fatigué(e) dès le matin au réveil**
☐	☐	☐	☐	**D'une perte de confiance, d'une mauvaise image de vous-même**
☐	☐	☐	☐	**D'être triste**
☐	☐	☐	☐	**D'avoir envie de manger n'importe quoi**
☐	☐	☐	☐	

☐ **Total DN**

AXE SÉROTONINERGIQUE

ACTUELLEMENT, avez-vous le sentiment :

0	1	2	3	
☐	☐	☐	☐	**D'être irritable, énervé(e), agressif(ve)**
☐	☐	☐	☐	**De ne pas supporter les critiques ou les contrariétés**
☐	☐	☐	☐	**D'avoir une humeur variable, tantôt bonne, tantôt mauvaise**
☐	☐	☐	☐	**D'être stressé(e)**
☐	☐	☐	☐	**D'avoir une envie incontrôlable de sucré**
☐	☐	☐	☐	**D'avoir du mal à vous endormir, ou de mal dormir**
☐	☐	☐	☐	**De mal supporter l'absence de soleil, de lumière**
☐	☐	☐	☐	

☐ **Total S**

«Conformément à la loi du 6 août 2004 relative a la protection des personnes physiques à l'égard des traitements de données à caractère personnel et à la Loi «Informatique et Libertés» du 6 janvier 1978, nous vous informons que les données à caractère personnel communiquées seront incluses dans les fichiers de cette Clinique, en vue de la prestation des services de santé à ses patients ainsi que leur gestion.
Par ailleurs, nous vous informons que vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, d'annulation et d'opposition, que vous pourrez exercer en vous dirigeant aux bureaux de cette Clinique. Nous vous informons également que vos données seront traitées avec la confidentialité nécessaire, et que les fichiers respectent les mesures de sécurité exigées par la réglementation en vigueur. En remplissant le présent document, le patient donne son accord pour le traitement de ses données dans l'objectif sus-mentionné.»

ADP029 - 1/2 - 022011

INTERPRÉTATION
Pour chaque axe DN ou S le total sera compris entre 0 et 21.
En fonction de ce score, on peut proposer les protocoles de traitement suivants.

Score < 10
Pas de signe clinique de carence en neuromédiateurs apparents.

Si l'interrogatoire laisse néanmoins penser à des troubles de l'humeur ou du comportement alimentaire :

- rechercher d'autres causes telles qu'une carence en Magnésium, en Vitamines, en Fer, en Oméga3 EPA, …
- faire un traitement d'épreuve avec les produits spécifiques des neuromédiateurs Inovance.

Score > 10
Résultat pathologique évoquant une carence au niveau des neuromédiateurs concernés.

Axe Dopaminergique et Noradrénergique :
- instaurer un traitement avec Dynovance ou Dynatone pour une durée de 1 à 3 mois et réévaluer.
- appliquer les conseils nutritionnels de la Rythmonutrition pour la Tyrosine.
- en complément, si nécessaire, supplémenter en Magnésium, Vitamines, Fer, Oméga 3 EPA,…

Axe Sérotoninergique :
- instaurer un traitement avec Sérovance ou Sérotone pour une durée de 1 à 3 mois et réévaluer.
- appliquer les conseils nutritionnels de la Rythmonutrition pour le Tryptophane.
- en complément, si nécessaire, supplémenter en Magnésium, Vitamines, Fer, Oméga3 EPA,…