

# Échelle visuelle analogique d'évaluation de la dyspnée à l'effort

	<b>0. Aucun effort</b>	Je dors
	<b>1. Très très facile</b>	Je regarde la TV en mangeant des chips
	<b>2. Très facile</b>	Je suis bien et je peux maintenir ce rythme toute la journée
	<b>3. Facile</b>	Je suis toujours bien mais je respire un peu plus difficilement
	<b>4. Effort modéré</b>	Je transpire un peu mais je me sens bien et je peux tenir une conversation sans problème
	<b>5. Moyen</b>	Légèrement fatiguant, je transpire un peu plus mais je peux toujours parler facilement
	<b>6. Un peu difficile</b>	Je peux toujours parler mais je suis un peu essoufflé et j'ai du mal à finir mes phrases. Je transpire vraiment.
	<b>7. Difficile</b>	Je peux toujours parler mais je n'en ai pas envie et je transpire abondamment.
	<b>8. Très difficile</b>	Je peux grogner pour répondre aux questions et je ne peux tenir ce rythme que pour une courte période
	<b>9. Très très difficile</b>	Je vais probablement tomber d'épuisement bientôt !
	<b>10. Maximal</b>	Je suis tombé !!!