

Inducteurs de crises de boulimie

Pour comprendre les événements qui, au jour le jour, déclenchent vos crises de boulimie Mademoiselle, Madame, Monsieur, Nous aimerions savoir pourquoi vous faites des crises de boulimie. Bien sûr, pour beaucoup d'entre vous, ceci a à voir avec votre passé : une perte sentimentale, un décès ou un traumatisme. Mais ce que nous voulons explorer, avec vous, ce sont quels éléments de la vie de tous les jours déclenchent vos crises ? Il est possible qu'il n'y en ait pas, ou que vous n'arriviez pas à savoir quoi pour une question donnée. Ne répondez pas alors à la question : laissez en blanc et passez à la suivante. Voici le questionnaire. Répondez surtout « comme ça vient », sans vous censurer. Merci de nous aider à mieux comprendre cette maladie dont vous souffrez. Merci à vous de prendre du temps pour répondre.

***Obligatoire**

*Quel est votre poids ?

Kg

*Quelle est votre taille ?

1 m

*Nom les 2 premières lettres

*Prénom les 2 premières lettres

Votre poids est-il stable ?

- Oui depuis 3 mois
- Oui depuis 6 mois
- Oui depuis 1 an
- Non, il ne l'est pas

*Depuis combien de temps souffrez-vous de boulimie (crise avec vomissement)

- Depuis un an ou moins
- Depuis deux ans
- Depuis trois ans
- Depuis 4 ans

Avant la boulimie, je souffrais de :

- Anorexie mentale
- Anorexie avec vomissements
- Compulsions alimentaires
- Obésité
- Rien de tout cela

*Quel est le nombre de crises de boulimie (fréquence)

- 3 à 5 crises par semaine
- 1 crise par jour
- 2 à 4 crises par jour
- Plus de 4 crises par jour
- Moins de 3 crises par semaine

*Durée moyenne de chaque crise de boulimie : Combien de temps chaque jour durent les crises ?

- Moins d'une heure
- Une à deux heures
- Deux à trois heures
- Plus de trois heures

*Volume des crises : Quantité approximative d'aliments ingérés pendant une crise ?

- Volume moindre que celui d'un repas
- Environ la taille d'un repas
- Plus d'un repas
- Beaucoup plus qu'un repas

*Origine de la boulimie : quelle est (quelles sont) la cause de votre boulimie, selon vous ?

- Un régime pour maigrir
- Une perte de poids non voulue
- Une dépression
- Un surpoids
- Une rupture
- Un décès
- Un traumatisme affectif ou autre
- Autre (détailler)

*Horaires des crises : J'ai surtout tendance à faire des crises : 0 = pas du tout vrai, 3 = tout à fait vrai

	0	1	2	3
Le matin au réveil				
A midi, à l'heure du repas				
Le soir en rentrant				
Vers l'heure du goûter (16-17 h)				
Quand le jour tombe				
Le soir après le dîner				
La nuit (après 22 h)				
N'importe quand				

*Le jour de la semaine : J'ai surtout tendance à faire des crises : 0 = pas du tout vrai, 3 = tout à fait vrai

	0	1	2	3
Le week-end				
Durant la semaine				
Le jour où je ne travaille pas (ou je ne suis pas en cours)				
Un jour fixe de la semaine (ex : toujours le mardi)				
Seulement les jours fériés				
N'importe quel jour de la semaine				
La nuit (après 22 h)				
N'importe quand				

* Le lieu où je fais mes crises : j'ai surtout tendance à faire des crises : 0 = pas du tout vrai, 3 = tout à fait vrai

	0	1	2	3
Chez moi				
Chez mes parents, mais pas chez moi				
Quand j'entre dans la cuisine				
A mon travail				
A la pause déjeuner				
Dans la rue en marchant				
Dans ma chambre				
Dans la cuisine				
Dans le salon – salle à manger				
Dans ma chambre				
N'importe où				
Autres				

* Selon mon état intérieur*j'ai surtout tendance à faire des crises : 0 = pas du tout vrai, 3 = tout à fait vrai

	0	1	2	3
Quand j'ai trop faim				
Quand je n'ai pas faim du tout				
Quand je me sens fatiguée				
Quand je me sens excitée, stimulée, en état d'hyper vigilance				
Autres				

* Selon les aliments : j'ai surtout tendance à faire des crises : 0 = pas du tout vrai, 3 = tout à fait vrai

	0	1	2	3
Avec les aliments appétissants				
Avec les aliments caloriques				
Avec les gâteaux				
Avec du chocolat				
Avec des sucreries				
Avec du pain ou des biscuits				
Avec des frites				
Avec de la viande				
Avec des féculents				
Avec une pizza				
Avec des laitages, fromages				
Avec des fruits				
Avec des légumes « verts »				
Autres				

* Selon les aspects sensoriels : j'ai surtout tendance à faire des crises : 0 = pas du tout vrai, 3 = tout à fait vrai

	0	1	2	3
Quand je sens les odeurs de mes aliments crises				
Quand je sens les odeurs des aliments				
Quand je vois les aliments de mes crises				
Quand je vois n'importe quel aliment				
Quand je mets des aliments de crises dans ma bouche				
Quand je mets des aliments en bouche (n'importe lesquels)				
Quand je commence à boire				
Quand j'entends que les autres mangent				
Quand j'entends que les autres préparent à manger				
Autres				

* Selon mes émotions : j'ai surtout tendance à faire des crises : 0 = pas du tout vrai, 3 = tout à fait vrai

	0	1	2	3
Quand je suis stressée				
Quand je suis angoissée				
Quand je suis déprimée				
Quand je me sens triste				
Quand certains « flashes » me reviennent (de mon passé)				
Quand je suis en colère ou agacée				
Quand les autres me mettent la pression				
Quand je me sens impuissante				
Quand je ne me sens pas à la hauteur				
Pour me faire plaisir				
Pour avoir moins mal				
Parce que la crise, c'est mon « doudou »				
Autres				

* Selon mon humeur : j'ai surtout tendance à faire des crises : 0 = pas du tout vrai, 3 = tout à fait vrai

	0	1	2	3
Quand je suis heureuse				
Quand rien ne va				
Quand je me sens seule				
Quand je me sens triste				
Quand je ne sais pas quoi décider				
Quand je m'ennuie				
Quand j'ai la pêche (quand je me sens super bien)				
Quand je pense à mon avenir				

Autre (s) facteur (s) que nous aurions oubliés ?