



Базова психологічна оцінка ІАРТ

PHQ-9		<i>Протягом останніх двох тижнів (або протягом іншого узгодженого проміжку часу) як часто вас турбували будь-які з наступних проблем?</i>			
		<i>ніколи</i>	<i>кілька днів</i>	<i>більше половини часу</i>	<i>майже щодня</i>
1.	Зниження інтересу чи відчуття задоволення від виконання справ	0	1	2	3
2.	Поганий настрій, пригнічення чи безнадія	0	1	2	3
3.	Труднощі з засинанням, поверхневий сон або, навпаки, надмірна сонливість	0	1	2	3
4.	Відчуття втоми або зниження енергії	0	1	2	3
5.	Поганий апетит або переїдання	0	1	2	3
6.	Негативне відчуття щодо себе — що ви невдаха або, що ви підвели себе чи свою родину	0	1	2	3
7.	Труднощі з концентрацією уваги, наприклад, під час читання газети чи перегляду телевізора	0	1	2	3
8.	Сповільненість рухів та мовлення, помітна навіть для оточуючих. Або навпаки, надмірна і непритаманна вам метушливість та активність.	0	1	2	3
9.	Думки, що було б краще, якби ви померли або думки про те, щоб заподіяти собі шкоду	0	1	2	3
PHQ-9 загальна кількість балів =					

GAD-7		<i>Протягом останніх двох тижнів (або протягом іншого узгодженого проміжку часу) як часто вас турбували будь-які з наступних проблем?</i>			
		<i>ніколи</i>	<i>кілька днів</i>	<i>більше половини часу</i>	<i>майже щодня</i>
1.	Роздратованість, хвилювання або відчуття, що ви «на межі»	0	1	2	3
2.	Постійне хвилювання, «переживання», яке ви не в змозі зупинити або контролювати	0	1	2	3
3.	Надмірні переживання за різні справи	0	1	2	3
4.	Важко розслабитись	0	1	2	3
5.	Ви настільки неспокійні, що навіть важко сидіти на одному місці	0	1	2	3
6.	Підвищена дратівливість	0	1	2	3
7.	Страх, ніби має статись щось жахливе	0	1	2	3
GAD-7 загальна кількість балів=					

©1999 Pfizer Inc. © український переклад УІЛПТ (2012)

Розшифровка результатів:

PHQ-9 (Тест на депресію):

бали менше 5 майже завжди означають відсутність депресивного розладу;
бали від 5 до 9 переважно свідчать, що у вас або нема депресії, або є легка депресія;
бали від 10 до 14 - можуть свідчити про середній спектр депресії;
бали 15 і вище зазвичай вказують на наявну депресію.

GAD-7 (Тест на тривогу):

Бали 0-4: Мінімальна тривога.
5-9 балів: помірна тривога.
10-14 балів: Помірна тривога.
Більше 15 балів: сильна тривога.