

Как часто за последние недели вас беспокоили такие проблемы?

1. Депрессивное настроение (угнетенность, безнадежность, беспомощность, чувство собственной никчемности)

Отсутствие	☐	0
Выражается только при прямом вопросе	☐	1
Жалобы выражаются спонтанно	☐	2
Проявляется невербально (поза, мимика, голос, плаксивость)	☐	3
Пациент выражает только эти чувства как вербально, так и невербально	☐	4

2. Чувство вины

Отсутствие	☐	0
Самоуничижение, ощущение, что подвел других	☐	1
Чувство вины, мучительные размышления о своих ошибках и грехах	☐	2
Болезнь воспринимается как наказание, бредовые идеи виновности	☐	3
Вербальные галлюцинации обвиняющего и/или осуждающего характера, и/или зрительные галлюцинации угрожающего содержания	☐	4

3. Суицидальные намерения

Отсутствие	☐	0
Ощущение, что жизнь не имеет смысла	☐	1
Желание смерти или мысли о возможности собственной смерти	☐	2
Суицидальные высказывания или жесты	☐	3
Суицидальные попытки	☐	4

4. Трудности при засыпании

Отсутствие проблем с засыпанием	☐	0
Жалобы на эпизодические трудности с засыпанием (более 30 минут)	☐	1
Жалобы на невозможность заснуть каждую ночь	☐	2

5. Бессонница

Отсутствие	☐	0
Жалобы на беспокойный сон в течение всей ночи	☐	1
Многочисленные пробуждения ночью, вставание с постели	☐	2

6. Ранние пробуждения

Отсутствие	☐	0
Раннее пробуждение с последующим засыпанием	☐	1
Окончательное раннее утреннее пробуждение	☐	2

7. Работоспособность и активность

Отсутствие трудностей	☐	0
Мысли и чувство несостоятельности, ощущение усталости и слабости, связанное с работой или хобби	☐	1
Потеря интереса к работе или хобби, выраженная в жалобах или проявляющаяся через апатию и нерешительность (чувство необходимости дополнительных усилий, чтобы приступить к работе или проявить активность)	☐	2
Сокращение реального времени активности или снижение продуктивности	☐	3
Отказ от работы из-за заболевания	☐	4

8. Заторможенность (замедленность мышления и речи, нарушение концентрации внимания, снижение моторной активности)

Нормальные речь и мышление	☐	0
Легкая заторможенность в разговоре	☐	1
Заметная заторможенность в разговоре	☐	2
Выраженные трудности при опросе	☐	3
Ступор	☐	4

9. Ажитация

Отсутствие	☐	0
Беспокойство	☐	1
Беспокойные движения руками, дергание волос	☐	2
Повышенная двигательная активность, непоседливость	☐	3
Постоянное теребление рук, кусание ногтей, выдергивание волос, покусывание губ	☐	4

10. Психическая тревога

Отсутствие	☐	0
Субъективное напряжение и раздражительность	☐	1
Беспокойство по незначительным поводам	☐	2
Тревога, выраженная в мимике и речи	☐	3
Страх, заметный без расспросов	☐	4

11. Соматическая тревога (сухость во рту, метеоризм, диспепсия, диарея, спазмы, отрыжка, сердцебиение, головная боль, гипервентиляция, одышка, учащенное мочеиспускание, повышенная потливость)

Отсутствие	☐	0
Слабая	☐	1
Средняя	☐	2
Сильная	☐	3
Крайне сильная	☐	4

12. Желудочно-кишечные соматические симптомы

Отсутствие	☐	0
Потеря аппетита, но с приемом пищи без сильного принуждения, ощущение тяжести в животе	☐	1
Прием пищи только под настойчивым принуждением, потребность в слабительных или препаратах для снятия гастроинтестинальных симптомов	☐	2

13. Общие соматические симптомы

Отсутствие	☐	0
Тяжесть в конечностях, спине, голове, мышечные боли, ощущение потери энергии или упадка сил	☐	1
Любые резко выраженные симптомы	☐	2

14. Генитальные симптомы (потеря либидо, менструальные нарушения)

Отсутствие симптомов	☐	0
Слабо выраженные	☐	1
Сильно выраженные	☐	2

15. Ипохондрия

Отсутствие	☐	0
Сосредоточенность на своем теле	☐	1
Чрезмерная обеспокоенность здоровьем	☐	2
Частые жалобы, просьбы о помощи	☐	3
Ипохондрический бред	☐	4

16. Потеря массы тела

А. По данным анамнеза

Отсутствие	☐	0
Вероятная потеря массы тела из-за этого заболевания	☐	1
Явная (со слов) потеря массы тела	☐	2
Не поддается оценке	☐	3

Б. Если изменения массы тела происходят еженедельно

Менее 0,5 кг в неделю	☐	0
Более 0,5 кг в неделю	☐	1
Более 1 кг в неделю	☐	2
Не поддается оценке	☐	3

Критичность отношения к болезни

Осознание болезни	☐	0
Осознание болезненного состояния, но связывание его с плохим питанием, климатом, переутомлением и т.д.	☐	1
Полное отсутствие осознания болезни	☐	2

Интерпретация результатов

Современная интерпретация результатов¹:

0–7 баллов	Депрессии нет
8–12 баллов	Зона риска депрессии
13–17 баллов	Легкая депрессия
18–23 балла	Умеренная депрессия
≥24 балла	Тяжелая депрессия