

PHQ-9 : 患者さんの健康に関する質問票

この2週間、次のような問題にどのくらいひんぱんに悩まされていますか？

右の欄の最もよくあてはまる選択肢 (0. 全くない, 1. 数日, 2. 半分以上, 3. ほとんど毎日) の中から一つ選び、その数字に○をつけてください。

| | 全くない | 数日 | 半分以上 | ほとんど毎日 |
|--|------|----|------|--------|
| 1. 物事に対してほとんど興味がなく、または楽しめない | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2. 気分が落ち込む、憂うつになる、または絶望的な気持ちになる | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3. 寝付きが悪い、途中で目がさめる、または逆に眠り過ぎる | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4. 疲れた感じがする、または気力がない | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5. あまり食欲がない、または食べ過ぎる | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6. 自分はダメな人間だ、人生の敗北者だと気に病む、または自分自身あるいは家族に申し訳がないと感じる | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7. 新聞を読む、またはテレビを見ることなどに集中することが難しい | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 8. 他人が気づくぐらいに動きや話し方が遅くなる、あるいはこれと反対に、そわそわしたり、落ちつかず、普段よりも動き回ることがある | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9. 死んだほうがまだ、あるいは自分を何らかの方法で傷つけようと思ったことがある | 0 | 1 | 2 | 3 |

| | |
|-------|--------|
| 0-4 | なし |
| 5-9 | 軽度 |
| 10-14 | 中等度 |
| 15-19 | 中等度一重度 |
| 20-27 | 重度 |

| | |
|---------|---|
| 上記9項目合計 | 点 |
|---------|---|

一つでも問題に当てはまる場合、仕事をしたり、家事をしたり、他の人と仲良くやっていくことがどのくらい困難になっていますか？

< 0. 全く困難でない 1. やや困難 2. 困難 3. 極端に困難 >

ロバートL. スピッツァー博士、ジャネットB.W. ウィリアムス博士、カート・クロエンケ博士およびその他の研究者により、ファイザー株式会社の教育助成金を受けて作成。複製、翻訳、公開、配布に関する許可は必要ありません。

裏もあります

GAD-7 日本語版 (JSAD 版)

この2週間、次のような問題にどのくらい頻繁（ひんぱん）に悩まされていますか？
 右の欄の最もよくあてはまる選択肢（0. 全くない, 1. 週に数日, 2. 週の半分以上, 3. ほとんど毎日）
 の中から一つ選び、その数字に○をつけてください。

| | 0. 全くない | 1. 週に数日 | 2. 週の半分 以上 | 3. ほとんど 毎日 |
|-----------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 緊張感、不安感または神経過敏を感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 心配することを止められない、または心配をコントロールできない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. いろいろなことを心配しすぎる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. くつろぐことが難しい | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. じっとしていることができないほど落ち着かない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. いらいらしがちであり、怒りっぽい | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 何か怖いことがおこるのではないかと恐れを感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

0-4なし 5-9軽度 10-14中等度 15-21重度

| | |
|-------|---|
| 9項目合計 | 点 |
|-------|---|

8. あなたが、いずれかの問題に1つでもチェックしているなら、それらの問題によって仕事をしたり、家事をしたり、他の人と仲良くやっていくことがどのくらい困難になっていますか？

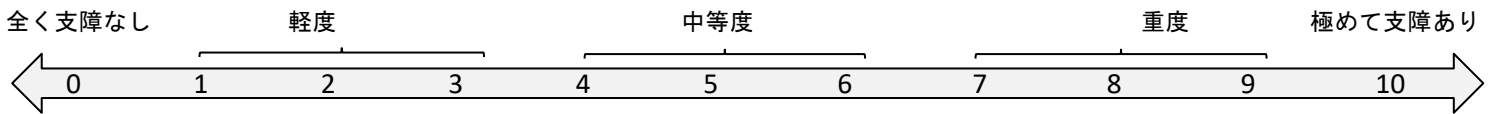
< 0. 全く困難でない 1. やや困難 2. 困難 3. 極端に困難 >

The GAD-7 originates from Spitzer RL, Kroenke K, Williams JB, et al; A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. Arch Intern Med. 2006 May 22;166(10):1092-7.

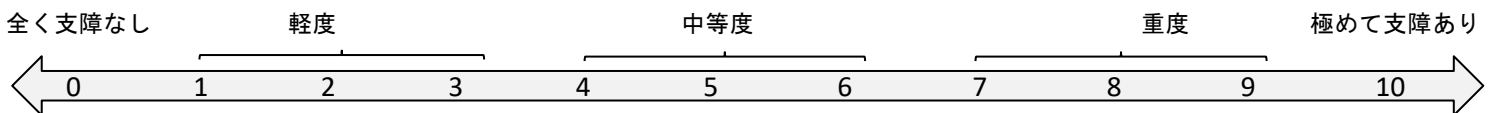
Sheehan Disability Scale (SDS) 簡易自己記入式 障害度尺度

それぞれの質問に対し、当てはまる数字に○をつけてください

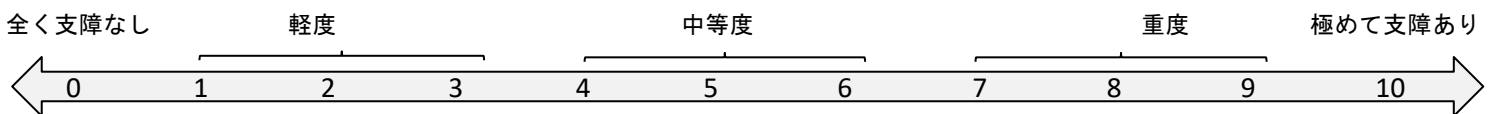
仕事/学業：この1カ月間、何らかの精神的な問題により、仕事、学業、家事などに、どの程度支障が出ていますか？



社会生活：この1カ月間、何らかの精神的な問題により、人付き合いや余暇の過ごし方に、どの程度支障が出ていますか？



家族内のコミュニケーションや役割：この1カ月間、何らかの精神的な問題により、家族内のコミュニケーションや役割に、どの程度支障が出ていますか？



Sheehan DV: The Anxiety Disease. New York, Scribner's, 1983; Sheehan KH, Sheehan DV: Int Clin Psychopharmacol. 2008, 23(2):70-83

吉田卓史ら (2004) 臨床精神薬理 7, 1645-1653

検査用紙作成 CBTセンター西川公平

| | |
|----|---|
| 合計 | 点 |
|----|---|