

PHQ-9. QUESTIONARIO PER IDENTIFICARE CONDIZIONI DI DEPRESSIONE

NOME E COGNOME.....DATA.....

PHQ-9 è uno strumento per screening, diagnosi, monitoraggio e misura della gravità della depressione. E' molto utile nella pratica clinica.

E' completato dal paziente in pochi minuti e il punteggio è calcolato rapidamente dal medico. PHQ-9 può essere somministrato ripetutamente allo scopo di misurare miglioramenti o peggioramenti della depressione sotto terapia.

QUESTIONARIO PHQ - 9

Nelle ultime 2 settimane, quanto spesso sei stato disturbato da qualcuno dei seguenti problemi?	Mai	Qualche giorno	Più della ½ dei giorni	Quasi tutti i giorni
Scarso interesse o piacere nel fare le cose	0	1	2	3
Sentirsi "giù", di cattivo umore, disperato	0	1	2	3
Soffrire d'insonnia o dormire troppo	0	1	2	3
Sentirsi stanco o con poche energie	0	1	2	3
Sentirsi contrariato, "un fallito", lasciarsi andare o sentirsi abbandonato dalla famiglia	0	1	2	3
Difficoltà nel concentrarsi sulle cose, per es. nel leggere il giornale o nel guardare la TV	0	1	2	3
Muoversi o parlare lentamente tanto da non essere compreso da altre persone. Oppure, sentirsi agitato e muoversi più del solito	0	1	2	3
Pensare che sarebbe meglio morire o ferirsi in qualche modo	0	1	2	3
TOTALE				

In presenza di qualcuno dei problemi sopra descritti, quanto la loro presenza ha reso difficile il tuo lavoro, l'aver cura della tua casa o lo stare con altre persone?

Nessuna difficoltà; qualche difficoltà; molto difficile; Estremamente difficile

INTERPRETAZIONE DEI RISULTATI

Punteggio	Diagnosi provvisoria	Trattamento /Raccomandazioni
5-9	Sintomi minimi	Supporto. Follow up mensile e/o su richiesta
10-14	<ul style="list-style-type: none">▪ Depressione minore▪ Distimia▪ Depressione maggiore lieve	Supporto, monitoraggio Antidepressivi o psicoterapia Antidepressivi o psicoterapia
15-19	Depressione maggiore, moderatamente severa	Antidepressivi o psicoterapia
>20	Depressione maggiore severa	Antidepressivi e psicoterapia

RIFERIMENTI

<http://www.agencymeddirectors.wa.gov/Files/depressooverview.pdf>

PHQ-9. QUESTIONARIO PER IDENTIFICARE CONDIZIONI DI DEPRESSIONE

NOME E COGNOME.....DATA.....

استطلاع لتحديد حالات الاكتئاب

PHQ - 9 طريقة، فحص، تشخيص، مراقبة، وقياس خطورة الاكتئاب ، أنه مفيد جداً في التطبيق الإكلينيكي (الممارسات العيادية) يكمل بواسطة المريض في دقائق قليلة وتحسب النقاط بطريقة سريعة عن طريق الطبيب. PHQ - 9 يمكن أيضاً استعماله تكراراً لقياس/ التحسن/ أو التدهور حالة الاكتئاب أثناء العلاج.

استطلاع PHQ - 9

تقريباً يوميًا	أكثر من نصف الأيام	كم يوم	أبدأ	في آخر أسبوعين، كم مرة أزعت بسبب أحد هذه المشاكل؟
3	2	1	0	اهتمام قليل أو عدم قابلية لفعل الأشياء
3	2	1	0	إحساس حزين ونفسية سيئة، يأس
3	2	1	0	العناء من عدم النوم أو النوم الكثير
3	2	1	0	أحساس بالإعياء وعدم الطاقة
3	2	1	0	أحساس بأن الناس دائماً ضدك (فشل) فاقد الأمل، وشعور بالإهمال من الأسرة
3	2	1	0	صعوبة في التركيز على سبيل المثال في قراءة الجرائد اليومية، أو مشاهدة التلفزيون
3	2	1	0	التحرك أو الكلام البطيء لدرجة عدم فهمك من الأشخاص الآخرين، أو إحساس بالهياج أو زيادة الحركة عن المعتاد
3	2	1	0	هل تعتقد أنه من الأفضل أن تموت أو تؤذي نفسك بطريقة ما
المجموع				

في حالة وجود أى من المشاكل المذكورة أعلاه، كم منها يعرقل وجودها حياتك العملية، واهتمامك بمنزلك أو
تواجدك مع أشخاص آخرين؟

لا توجد صعوبات قليل من الصعوبات كثيراً من الصعوبات صعب جداً

تطبيق النتائج

النقاط	تشخيص مؤقت	العلاج / التوصيات
9 - 5	أعراض قليلة	دعم متابعة شهرية ، أو حسب الطلب
14 - 10	▪ إكتئاب بسيط ▪ إكتئاب ▪ إكتئاب واضح بعض الشيء	دعم - مراقبة مضادات الإكتئاب - أدوية نفسية مضادات الإكتئاب - أدوية نفسية
19 - 15	أكتئاب بدرجة كبيرة - حالة إكتئاب خطير بشكل مقبول	مضادات الإكتئاب - أو الأدوية النفسية
20 فأكثر	أكتئاب كثير الخطورة	مضادات الإكتئاب - أو الأدوية النفسية

المراجع

<http://www.agencymeddirectors.wa.gov/Files/depressooverview.pdf>