

Госпитальная шкала (HADS)

ФАМИЛИЯ, ИМЯ, ОТЧЕСТВО

ДАТА ЗАПОЛНЕНИЯ

 / /

ДАТА РОЖДЕНИЯ

 / /

ПОЛ

МУЖ

ЖЕН

Ученые уверены в том, что эмоции играют важную роль в возникновении большинства заболеваний. Если Ваш доктор больше узнает о Ваших переживаниях, он сможет лучше помочь Вам. Этот опросник разработан для того, чтобы помочь Вашему доктору понять, как Вы себя чувствуете. Не обращайте внимания на цифры и буквы, помещенные в левой части опросника. Прочитайте внимательно каждое утверждение и в пустой графе слева отметьте крестиком ответ, который в наибольшей степени соответствует тому, как Вы себя чувствовали на прошлой неделе. Не раздумывайте слишком долго над каждым утверждением. Ваша первая реакция всегда будет более верной.

A	Я ИСПЫТЫВАЮ НАПРЯЖЕНИЕ, МНЕ НЕ ПО СЕБЕ
3	<input type="checkbox"/> Все время
2	<input type="checkbox"/> Часто
1	<input type="checkbox"/> Время от времени, иногда
0	<input type="checkbox"/> Совсем не испытываю
A	Я ИСПЫТЫВАЮ СТРАХ, КАЖЕТСЯ, БУДТО ЧТО-ТО УЖАСНОЕ МОЖЕТ ВОТ-ВОТ СЛУЧИТЬСЯ
3	<input type="checkbox"/> Определенно это так, и страх очень сильный
2	<input type="checkbox"/> Да, это так, но страх не очень сильный
1	<input type="checkbox"/> Иногда, но это меня не беспокоит
0	<input type="checkbox"/> Совсем не испытываю
A	БЕСПОКОЙНЫЕ МЫСЛИ КРУТЯТСЯ У МЕНЯ В ГОЛОВЕ
3	<input type="checkbox"/> Постоянно
2	<input type="checkbox"/> Большую часть времени
1	<input type="checkbox"/> Время от времени, и не так часто
0	<input type="checkbox"/> Только иногда
A	Я ЛЕГКО МОГУ СЕСТЬ И РАССЛАБИТЬСЯ
0	<input type="checkbox"/> Определенно, это так
1	<input type="checkbox"/> Наверное, это так
2	<input type="checkbox"/> Лишь изредка это так
3	<input type="checkbox"/> Совсем не могу
A	Я ИСПЫТЫВАЮ ВНУТРЕННЕЕ НАПРЯЖЕНИЕ ИЛИ ДРОЖЬ
0	<input type="checkbox"/> Совсем не испытываю
1	<input type="checkbox"/> Иногда
2	<input type="checkbox"/> Часто
3	<input type="checkbox"/> Очень часто
A	Я ИСПЫТЫВАЮ НЕУСИДЧИВОСТЬ, СЛОВНО МНЕ ПОСТОЯННО НУЖНО ДВИГАТЬСЯ
3	<input type="checkbox"/> Определенно, это так
2	<input type="checkbox"/> Наверное, это так
1	<input type="checkbox"/> Лишь в некоторой степени это так
0	<input type="checkbox"/> Совсем не испытываю
A	У МЕНЯ БЫВАЕТ ВНЕЗАПНОЕ ЧУВСТВО ПАНИКИ
3	<input type="checkbox"/> Действительно, очень часто
2	<input type="checkbox"/> Довольно часто
1	<input type="checkbox"/> Не так уж часто
0	<input type="checkbox"/> Совсем не бывает

D	ТО, ЧТО ПРИНОСИЛО МНЕ БОЛЬШОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ, И СЕЙЧАС ВЫЗЫВАЕТ ТАКОЕ ЖЕ ЧУВСТВО
0	<input type="checkbox"/> Определенно, это так
1	<input type="checkbox"/> Наверное, это так
2	<input type="checkbox"/> Лишь в очень малой степени это так
3	<input type="checkbox"/> Это совсем не так
D	Я СПОСОБЕН РАССМЕЯТЬСЯ И УВИДЕТЬ В ТОМ ИЛИ ИНОМ СОБЫТИИ СМЕШНОЕ
0	<input type="checkbox"/> Определенно, это так
1	<input type="checkbox"/> Наверное это так
2	<input type="checkbox"/> Лишь в очень малой степени это так
3	<input type="checkbox"/> Совсем не способен
D	Я ИСПЫТЫВАЮ БОДРОСТЬ
3	<input type="checkbox"/> Совсем не испытываю
2	<input type="checkbox"/> Очень редко
1	<input type="checkbox"/> Иногда
0	<input type="checkbox"/> Практически все время
D	МНЕ КАЖЕТСЯ, ЧТО Я СТАЛ ВСЕ ДЕЛАТЬ ОЧЕНЬ МЕДЛЕННО
3	<input type="checkbox"/> Практически все время
2	<input type="checkbox"/> Часто
1	<input type="checkbox"/> Иногда
0	<input type="checkbox"/> Совсем нет
D	Я НЕ СЛЕЖУ ЗА СВОЕЙ ВНЕШНОСТЬЮ
3	<input type="checkbox"/> Определенно, это так
2	<input type="checkbox"/> Я не уделяю этому столько времени сколько нужно
1	<input type="checkbox"/> Может быть, я стал меньше уделять этому внимания
0	<input type="checkbox"/> Я слежу за собой так же как и раньше
D	Я СЧИТАЮ, ЧТО МОИ ДЕЛА (занятия, увлечения) МОГУТ ПРИНЕСТИ МНЕ ЧУВСТВО УДОВЛЕТВОРЕНИЯ
0	<input type="checkbox"/> Точно так же как и обычно
1	<input type="checkbox"/> Да, но не в той степени как раньше
2	<input type="checkbox"/> Значительно меньше, чем обычно
3	<input type="checkbox"/> Совсем не считаю
D	Я МОГУ ПОЛУЧИТЬ УДОВОЛЬСТВИЕ ОТ ХОРОШЕЙ КНИГИ, РАДИО- ИЛИ ТЕЛЕПРОГРАММЫ
0	<input type="checkbox"/> Часто
1	<input type="checkbox"/> Иногда
2	<input type="checkbox"/> Редко
3	<input type="checkbox"/> Очень редко

ТОЛЬКО ДЛЯ ВАШЕГО ВРАЧА: A (8-10)

D (8-10)

А ТЕПЕРЬ ПРОВЕРЬТЕ, ОТВЕТИЛИ ЛИ ВЫ НА ВСЕ ВОПРОСЫ