

Насонова Татьяна Игоревна

врач-невролог, к.м.н.

Клиника нервных болезней Сеченовского университета

# **Опросники в помощь врачу-неврологу**

**... и не только ...**



## **Объективизировать психическое неблагополучие можно благодаря:**

- госпитальная шкала тревоги и депрессии,
- шкала оценки здоровья пациента,
- шкала депрессии Бека,
- шкала тревоги Спилбергера-Ханина,
- шкала астенического состояния,
- опросник БАР 2 типа - HCL-32,
- интервью для оценки расстройств личности (SCID-II-PD)

и др.

# Госпитальная шкала тревоги и депрессии (HADS)

## Часть I (оценка уровня ТРЕВОГИ)

### 1. Я испытываю напряжение, мне не по себе

- 3 - все время
- 2 - часто
- 1 - время от времени, иногда
- 0 - совсем не испытываю

### 2. Я испытываю страх, кажется, что что-то ужасное может вот-вот случиться

- 3 - определенно это так, и страх очень велик
- 2 - да, это так, но страх не очень велик
- 1 - иногда, но это меня не беспокоит
- 0 - совсем не испытываю

### 3. Беспокойные мысли крутятся у меня в голове

- 3 - постоянно
- 2 - большую часть времени
- 1 - время от времени и не так часто
- 0 - только иногда

### 4. Я легко могу присесть и расслабиться

- 0 - определенно, это так
- 1 - наверно, это так
- 2 - лишь изредка, это так
- 3 - совсем не могу

### 5. Я испытываю внутреннее напряжение или дрожь

- 0 - совсем не испытываю
- 1 - иногда
- 2 - часто
- 3 - очень часто

### 6. Я испытываю неусидчивость, мне постоянно нужно двигаться

- 3 - определенно, это так
- 2 - наверно, это так
- 1 - лишь в некоторой степени, это так
- 0 - совсем не испытываю

### 7. У меня бывает внезапное чувство паники

- 3 - очень часто
- 2 - довольно часто
- 1 - не так уж часто
- 0 - совсем не бывает

## Часть II (оценка уровня ДЕПРЕССИИ)

### 1. То, что приносило мне большое удовольствие, и сейчас вызывает у меня такое же чувство

- 0 - определенно, это так
- 1 - наверное, это так
- 2 - лишь в очень малой степени, это так
- 3 - это совсем не так

### 2. Я способен рассмеяться и увидеть в том или ином событии смешное

- 0 - определенно, это так
- 1 - наверное, это так
- 2 - лишь в очень малой степени, это так
- 3 - совсем не способен

### 3. Я испытываю бодрость

- 3 - совсем не испытываю
- 2 - очень редко
- 1 - иногда
- 0 - практически все время

### 4. Мне кажется, что я стал все делать очень медленно

- 3 - практически все время
- 2 - часто
- 1 - иногда
- 0 - совсем нет

### 5. Я не слежу за своей внешностью

- 3 - определенно, это так
- 2 - я не уделяю этому столько времени, сколько нужно
- 1 - может быть, я стал меньше уделять этому времени
- 0 - я слежу за собой так же, как и раньше

### 6. Я считаю, что мои дела (занятия, увлечения) могут принести мне чувство удовлетворения

- 0 - точно так же, как и обычно
- 1 - да, но не в той степени, как раньше
- 2 - значительно меньше, чем обычно
- 3 - совсем так не считаю

### 7. Я могу получить удовольствие от хорошей книги, радио- или телепрограммы

- 0 - часто
- 1 - иногда
- 2 - редко
- 3 - очень редко

0-7 баллов →

8-10 баллов →

11 баллов и выше →

«норма» (отсутствие достоверно выраженных симптомов тревоги и депрессии)

«субклинически выраженная тревога / депрессия»

«клинически выраженная тревога / депрессия»

# Шкала оценки здоровья пациента

|   | Не беспокоили | Несколько дней | Более половины всех дней | Почти ежедневно |
|---|---------------|----------------|--------------------------|-----------------|
| 1. Вас мало интересовали дела или ничто не доставляло удовольствие  | 0             | 1              | 2                        | 3               |
| 2. Вы испытывали чувство подавленности, депрессии или безнадежности   | 0             | 1              | 2                        | 3               |
| 3. У вас были проблемы с засыпанием или со сном, или вы слишком много спали   | 0             | 1              | 2                        | 3               |
| 4. Вы чувствовали усталость или испытывали недостаток энергии   | 0             | 1              | 2                        | 3               |
| 5. Плохой аппетит или переедание  | 0             | 1              | 2                        | 3               |
| 6. Вы испытывали чувство неудовлетворенности собой. Или думали о том, что вы неудачник, или что подводите себя или свою семью   | 0             | 1              | 2                        | 3               |
| 7. Трудности с концентрацией внимания, например, когда читаете газету или смотрите телевизор  | 0             | 1              | 2                        | 3               |
| 8. Вы делаете все или говорите так медленно, что другие люди начинают это замечать. Или наоборот - вам не сидится на месте или вы так неутомимы, что делаете гораздо больше, чем обычно | 0             | 1              | 2                        | 3               |
| 9. Вам приходят мысли, что лучше всего было бы умереть или вы пытались поранить себя каким-то образом   | 0             | 1              | 2                        | 3               |

5 - 9 - низкий риск наличия депрессии

10 - 14 - умеренный риск наличия депрессии

15 - 19 - высокий риск наличия депрессии

20 - 27 - крайне высокий риск наличия депрессии

# Шкала депрессии Бека

Состоит из 21 пункта, каждый из которых содержит несколько вариантов утверждений

примеры вопросов:

0 Я не чувствую себя в чем-нибудь виноватым.

1 Достаточно часто я чувствую себя виноватым.

2 Большую часть времени я чувствую себя виноватым.

3 Я постоянно испытываю чувство вины.

0 Я не чувствую, что могу быть наказанным за что-либо.

1 Я чувствую, что могу быть наказан.

2 Я ожидаю, что могу быть наказан.

3 Я чувствую себя уже наказанным.

от 0 до 9 – отсутствие депрессивных симптомов;  
от 10 до 15 – легкая депрессия (субдепрессия);  
от 16 до 19 – умеренная депрессия;  
от 20 до 29 – выраженная депрессия (средней тяжести);  
от 30 до 63 – тяжелая депрессия.

# Шкала тревоги Спилбергера-Ханина

раздельно оценивает тревожность реактивную (номера высказываний 1 - 20) и личностную (номера высказываний с 21 по 40).

примеры вопросов:

| РТ. Примеры утверждений. | ЛТ. Примеры утверждений   |
|--------------------------|---------------------------|
| Я спокоен.               | Я испытываю удовольствие. |
| Мне ничто не угрожает.   | Я очень легко устаю.      |
| Я нахожусь в напряжении. | Я легко могу заплакать.   |

до 30 баллов - низкая тревожность;

31-45 - умеренная тревожность,

46 и более баллов - высокая тревожность.

# Опросник HCL-32 (оценка БАР 2 типа)

выявляет симптомы гипомании в анамнезе  
пациента, состоит из 32 пунктов



примеры вопросов:

|    |  | Да                       | Нет                      |
|----|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. | Мне требовалось меньше времени на сон                                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. | У меня было больше энергии, и я был (была) более активным                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. | Я был (была) более уверен в себе   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. | Работа доставляла мне больше удовольствия                                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. | Я стал более общительным (чаще звонил по телефону, больше выходил из дома) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. | Мне хотелось путешествовать, и я действительно ездил гораздо больше        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. | Я стал водить автомобиль с большей скоростью и чаще рисковал               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. | Я тратил больше (слишком много) денег                                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

# Тест-опросник для диагностики астении

примеры вопросов:

Внимательно прочитайте каждое предложение и, оцените его применительно к вашему состоянию в данный момент.

Нет, неверно – 1 балл

Пожалуй, это так – 2 балла

Верно – 3 балла

Совершенно верно - 4 балла

Тестовый материал (вопросы).

1. Я работаю с большим напряжением
2. Мне трудно сосредоточиться на чем-либо
3. Моя половая жизнь не удовлетворяет меня
4. Ожидание нервирует меня
5. Я испытываю мышечную слабость

состоит из 30 вопросов.

От 30 до 50 баллов — «отсутствие астении»,  
от 51 до 75 баллов — «слабая астения»,  
от 76 до 100 баллов — «умеренная астения»,  
от 101 до 120 баллов — «выраженная астения».

# Интервью для оценки расстройств личности (SCID-II-PD)

примеры вопросов:

|    |   |    |     |            |
|----|---|----|-----|------------|
| 1. | Уклонялись ли Вы от работ или заданий, связанных с необходимостью иметь дело с большим количеством людей? | Да | Нет | AVPD<br>≥4 |
| 2. | Избегаете ли Вы общения с людьми, если не уверены, что понравитесь им?                                    | Да | Нет | AVPD<br>≥4 |

|     |   |    |     |            |
|-----|---|----|-----|------------|
| 27. | Часто ли у Вас возникает чувство, что другие люди не понимают Вас или недостаточно ценят, как много Вы делаете? | Да | Нет | PAPD<br>≥4 |
| 28. | Часто ли Вы бываете раздражены и готовы вступить в спор?  | Да | Нет | PAPD<br>≥4 |

|     |   |    |     |       |
|-----|---|----|-----|-------|
| 98. | Вы когда-нибудь преднамеренно наносили себе порезы, царапины или ожоги? | Да | Нет | VPD≥5 |
| 99. | Часто ли у Вас внезапно меняется настроение?                            | Да | Нет | VPD≥5 |

|      |   |    |     |            |
|------|---|----|-----|------------|
| 113. | В возрасте до 15 лет, портили ли Вы преднамеренно чужие вещи?                     | Да | Нет | ASPD<br>≥3 |
| 114. | В возрасте до 15 лет, залезали ли Вы в чьи-то дома, другие здания или автомашины? | Да | Нет | ASPD<br>≥3 |

# Если на прием 15 минут...

## **PHQ-2**

В течение последних двух недель насколько часто Вы испытывали?

## **Депрессия**

1. Ощущение сниженного настроения, чувство подавленности, тоски или безнадежности?
2. Утрату прежних интересов или способности испытывать удовольствие от того, что было приятно раньше?

## **GAD-2**

В течение последних двух недель насколько часто Вы чувствовали себя?

## **Тревога**

1. Нервозным, тревожным или обеспокоенным?
2. Неспособным контролировать беспокойство по какому либо поводу

# Неужели шкал достаточно?

- Оценка поведения пациента: мимика, невербальное общение
- Опрос пациента
- Опрос родственников, сиделок, медицинского персонала и других сопровождающих пациента



# Что важно узнать у пациента с эмоциональными расстройствами?

- Наличие в анамнезе эпизодов депрессии, мании, панических атак и др. признаков психического неблагополучия
- Наследственная отягощенность – подтвержденные психиатрические диагнозы, суициды, алкоголизм и др.
- Эффективность проводимой терапии у пациента и родственников в данных эпизодах
- Наличие суицидальных мыслей / наличие парасуицидальной активности

# НАСОНОВА ТАТЬЯНА ИГОРЕВНА



- **к.м.н., врач-невролог / врач-психиатр**
- **зав.отделением (Сеченовский университет, Клиника нервных болезней)**
- **руководитель секции молодых ученых РОИБ**
- **член попечительского совета БФ «Астра» для пациентов с хроническим болевым синдромом**
- **более 20 публикаций в российских и международных научных журналах**
- **спикер всероссийских конференций и конгрессов**
- **автор [neurolessons.ru](http://neurolessons.ru)**

