

**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 →	«норма» (отсутствие достоверно выраженных симптомов тревоги и депрессии)
8-10 баллов →	«субклинически выраженная тревога / депрессия»
11 баллов и выше →	«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. Мне ничто не угрожает. Я нахожусь в напряжении.	Я испытываю удовольствие. Я очень легко устаю. 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 дому)	<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 ≥4
2.	Избегаете ли Вы общения с людьми, если не уверены, что понравитесь им?	Да	Нет	AVPD ≥4

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

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

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

# Если на прием 15 минут...

## **PHQ-2**

В течение последних двух недель насколько часто Вы испытывали?

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

**Депрессия**

## **GAD-2**

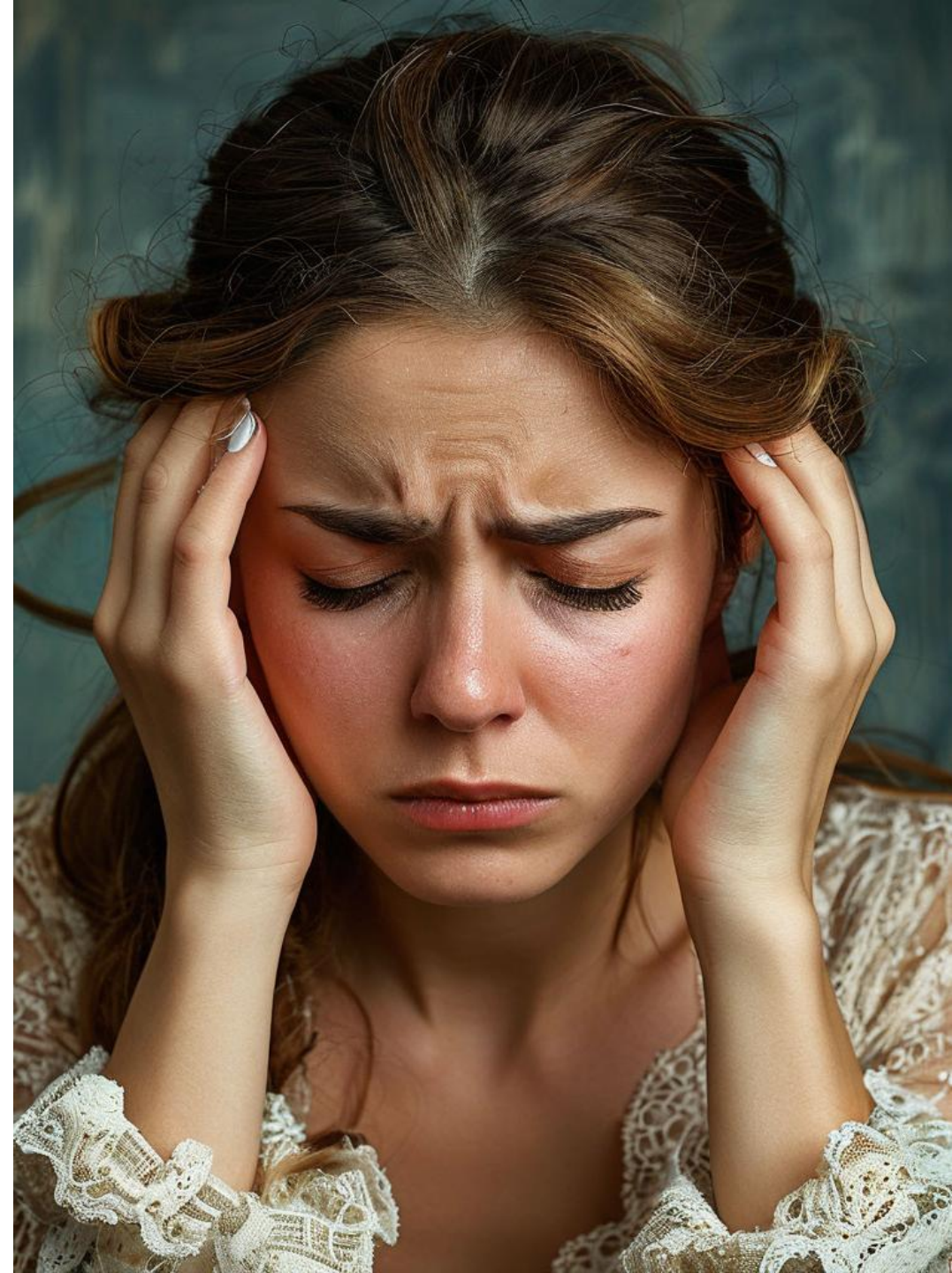
В течение последних двух недель насколько часто Вы чувствовали себя?

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

**Тревога**

# 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**

