

KORT HÄLSOENKÄT (PHQ-9)

Detta frågeformulär är viktigt för att kunna ge dig bästa möjliga hälsovård. Dina svar kommer att underlätta förståelsen för problem som du kan ha.

Namn:.....

Personnummer:..... Datum:.....

1. Under de senaste 2 veckorna, hur ofta har du besvärats av något av följande problem.

	Inte alls 0	Flera dagar 1	Mer än hälften av dagarna 2	Nästan varje dag 3
a. Lite intresse eller glädje i att göra saker.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. känt dig nedstämd, deprimerad eller känt att framtiden ser hopplös ut.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. problem att somna eller att du vaknat i förtid, eller sovit för mycket.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. känt dig trött eller energilös.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. dålig aptit eller att du ätit för mycket.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. dålig självkänsla - eller att du känt dig miss- lyckad eller att du svikit dig själv eller din familj....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) svårigheter att koncentrera dig, till exempel när du läst tidningen eller sett på TV.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) att du rört dig eller talat så långsamt att andra noterat det? Eller motsatsen – att du varit så nervös eller rastlös att du rört dig mer än vanligt..	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
i) tankar att det skulle vara bättre om du var död eller att du skulle skada dig på något sätt.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Om du kryssat för att du haft något av dessa problem, hur stora svårigheter har dessa problem förorsakat dig på arbetet, eller för att ta hand om sysslor hemma, eller i kontakten med andra människor?

Inga svårigheter

Vissa svårigheter

Stora svårigheter

Extrema svårigheter

Instruktioner – hur man tolkar PHQ-9

Egentlig depression antyds föreligga:

1. om 5 eller fler av de 9 frågorna besvarats med minst "mer än hälften av dagarna" och
2. om minst en av frågorna a. eller b. är positiva, det vill säga besvarade men minst "mer än hälften av dagarna".

Annat depressivt syndrom antyds föreligga:

1. om 2-4 av de 9 frågorna besvarats med minst "mer än hälften av dagarna" och
2. om minst en av frågorna a. eller b. är positiva, det vill säga besvarade men minst "mer än hälften av dagarna".

Guide för tolkning av score på PHQ-9

- ≤ 4 Tyder på att patienten inte behöver depressionsbehandling.
- 5-14 Läkaren bedömer utifrån klinisk undersökning om behovet av behandling utifrån funktionspåverkan och durationen patientens symtom.
- ≥ 15 Tyder på behov av depressionsbehandling med antidepressiva, psykoterapi eller en kombination av behandlingar.