

PHQ-9

Jak często w ciągu ostatnich 2 tygodni dokuczały Panu/Pani następujące problemy?	Wcale nie dokuczały	Kilka dni	Więcej niż połowę dni	Niemal codziennie
Niewielkie zainteresowanie lub odczuwanie przyjemności z wykonywania czynności.	0	1	2	3
Uczucie smutku, przygnębienia lub beznadziejności.	0	1	2	3
Kłopoty z zaśnięciem lub przerywany sen, albo zbyt długi sen.	0	1	2	3
Uczucie zmęczenia lub brak energii.	0	1	2	3
Brak apetytu lub przejadanie się.	0	1	2	3
Poczucie niezadowolenia z siebie - lub uczucie, że jest się do niczego, albo że zawiódł/a Pan/Pani siebie lub rodzinę.	0	1	2	3
Problemy ze skupieniem się na przykład przy czytaniu lub oglądaniu telewizji.	0	1	2	3
Poruszanie się lub mówienie tak wolno, że inni mogliby to zauważyć? Albo wręcz przeciwnie - niemożność usiedzenia w miejscu lub podenerwowanie powodujące ruchliwość znacznie większą niż zwykle.	0	1	2	3
Myśli, że lepiej byłoby umrzeć, albo chęć zrobienia sobie jakiejś krzywdy.	0	1	2	3
Wynik	0	+	+	+
Wynik ogólny				

Jeżeli zaznaczył/-a Pan/Pani którekolwiek z problemów, jak bardzo utrudniły one Panu/Pani wykonywanie pracy, zajmowanie się domem lub relacje z innymi ludźmi?

W ogóle nie utrudniły	Trochę utrudniły	Bardzo utrudniły	Niezmiernie utrudniły