

แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า(2Q)

คำถาม \ ลำดับ				
1. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ ท่านรู้สึกหดหู เศร้าหรือ ท้อแท้สิ้นหวัง หรือไม่	<input type="checkbox"/> ใช่ <input type="checkbox"/> ไม่ใช่	<input type="checkbox"/> ใช่ <input type="checkbox"/> ไม่ใช่	<input type="checkbox"/> ใช่ <input type="checkbox"/> ไม่ใช่	<input type="checkbox"/> ใช่ <input type="checkbox"/> ไม่ใช่
2. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ ท่านรู้สึกเบื่อทำอะไรไม่ เพลิดเพลิน	<input type="checkbox"/> ใช่ <input type="checkbox"/> ไม่ใช่	<input type="checkbox"/> ใช่ <input type="checkbox"/> ไม่ใช่	<input type="checkbox"/> ใช่ <input type="checkbox"/> ไม่ใช่	<input type="checkbox"/> ใช่ <input type="checkbox"/> ไม่ใช่

- การแปลผล**
- ตอบ ไม่ใช่ ทั้ง 2 คำถาม ถือว่า ปกติ ไม่เป็นโรคซึมเศร้า
 - ตอบ ใช่ 1-2 ข้อ = เป็นผู้มีความเสี่ยง หรือ มีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้า ให้ประเมินต่อด้วย
แบบประเมินโรคซึมเศร้า(9Q)

แบบประเมินโรคซึมเศร้า(9Q)

คำถาม \ ลำดับ				
คำถามใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ มีอาการบอกละแฉกไหน				
1. เบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไร				
2. ไม่สบายใจ ซึมเศร้า ท้อแท้				
3. หลับยากหรือหลับๆตื่นๆหรือหลับมากไป				
4. เหนื่อยง่ายหรือไม่ค่อยมีแรง				
5. เบื่ออาหารหรือกินมากไป				
6. รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คิดว่าตัวเองล้มเหลว				
7. สมาธิไม่ดีเวลาทำอะไร เช่น ดู TV ฟังวิทยุ หรือทำงานที่ต้อง ใช้ความตั้งใจ				
8. พุดซ้ำ ทำอะไรซ้ำลงจนคนอื่นสังเกตเห็นได้หรือ กระสับกระส่ายไม่สามารถอยู่นิ่งเหมือนที่เคยเห็น				
9. คิดทำร้ายตนเองหรือคิดว่าถ้าตายไปคงจะดี				
รวมคะแนน ถ้า ≥ 7 ให้ประเมินการฆ่าตัวตาย(8Q) และส่งพบแพทย์				

เกณฑ์การให้คะแนน 9Q : 0 = ไม่มีเลย , 1 = เป็นบางวัน 1-7 วัน , 2 = เป็นบ่อย > 7 วัน , 3 = เป็นทุกวัน

- การแปลผล** คะแนนรวม
- < 7 = ไม่มีอาการ โรคซึมเศร้าหรือมีอาการของโรคซึมเศร้าระดับน้อยมาก
 - 7-12 = มีอาการ โรคซึมเศร้าระดับน้อย
 - 13 -18 = มีอาการ โรคซึมเศร้าระดับกลาง
 - ≥ 19 = มีอาการ โรคซึมเศร้าระดับรุนแรง

แบบประเมินการฆ่าตัวตาย (8Q)

ลำดับ		
คำถาม ในช่วงเดือนที่ผ่านมาคุณรู้สึก		
1. คิดอยากตายหรือคิดว่าตายไปจะดีกว่า	<input type="checkbox"/> มี 1 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0	<input type="checkbox"/> มี 1 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0
2. อยากทำร้ายตัวเองหรือทำให้ตัวเองบาดเจ็บ	<input type="checkbox"/> มี 2 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0	<input type="checkbox"/> มี 2 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0
3. คิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย	<input type="checkbox"/> มี 6 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0	<input type="checkbox"/> มี 6 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0
(ถ้าตอบคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายให้ถามต่อ) ท่านสามารถควบคุมความอยากฆ่าตัวตายที่ท่านคิดอยู่นั้นได้หรือไม่ หรือบอกได้ไหมว่าคงจะไม่ทำตามความคิดนั้นในขณะนี้	<input type="checkbox"/> ได้ 0 <input type="checkbox"/> ไม่ได้ 8	<input type="checkbox"/> ได้ 0 <input type="checkbox"/> ไม่ได้ 8
4. มีแผนการที่จะฆ่าตัวตาย	<input type="checkbox"/> มี 8 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0	<input type="checkbox"/> มี 8 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0
5. ได้เตรียมการที่จะทำร้ายตัวเองหรือเตรียมการที่จะฆ่าตัวตายโดยตั้งใจว่าจะให้ตายจริงๆ	<input type="checkbox"/> มี 9 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0	<input type="checkbox"/> มี 9 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0
6. ได้ทำให้ตนเองบาดเจ็บแต่ไม่ตั้งใจที่จะทำให้เสียชีวิต	<input type="checkbox"/> มี 4 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0	<input type="checkbox"/> มี 4 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0
7. ได้พยายามฆ่าตัวตายโดยคาดหวัง/ตั้งใจที่จะให้ตาย	<input type="checkbox"/> มี 10 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0	<input type="checkbox"/> มี 10 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0
8. ตลอดชีวิตที่ผ่านมาท่านเคยพยายามฆ่าตัวตาย	<input type="checkbox"/> มี 4 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0	<input type="checkbox"/> มี 4 <input type="checkbox"/> ไม่มี 0
รวมคะแนน		

หมายเหตุ ในรายที่มีแนวโน้มจะฆ่าตัวตายไม่ว่าจะมีความรุนแรงระดับใดควรนัดติดตามเฝ้าระวัง ถ้ามีโรคซึมเศร้าให้ดูแลตามแนวทางที่กำหนด ถ้าคะแนน 8 Q ≥ 17 ส่งต่อโรงพยาบาลจิตเวชด่วน

การแปลผล คะแนนรวม 0 = ไม่มีแนวโน้มฆ่าตัวตายในปัจจุบัน
 1-8 = มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบันระดับน้อย
 9-16 = มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบันระดับกลาง
 ≥ 17 = มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบันระดับสูง