

Опросник по состоянию здоровья (PHQ-9)

Как часто Вас беспокоили следующие проблемы за последние 2 недели?	Ни разу	Несколько дней	Более половины времени	Почти каждый день
1. У Вас был снижен интерес или удовольствие от выполнения ежедневных дел	0	1	2	3
2. У Вас было плохое настроение, Вы были подавлены или испытывали чувство безысходности	0	1	2	3
3. Вам было трудно заснуть или у Вас прерывистый сон, или Вы слишком много спали	0	1	2	3
4. Вы были утомлены или у Вас было мало сил	0	1	2	3
5. У вас плохой аппетит или Вы переедали	0	1	2	3
6. Вы плохо о себе думали: считали себя неудачником (неудачницей) или были разочарованы, или считали, что подвели семью	0	1	2	3
7. Вам было трудно сосредоточиться на каждодневных делах таких как, чтение газет или просмотр передач	0	1	2	3
8. Вы двигались или говорили так медленно, что другие это отмечали, или наоборот, Вы были настолько суетливы или беспокойны, что двигались гораздо больше обычного	0	1	2	3
9. Вас посещали мысли о том, что Вам лучше было бы умереть, или о том, чтобы причинить себе какой-либо вред	0	1	2	3
10. Если у Вас были какие-нибудь из вышеперечисленных проблем, то оцените, насколько сложно Вам было работать, заниматься домашними делами или общаться из-за этих проблем	Совсем не сложно	Достаточно сложно	Очень сложно	Чрезвычайно сложно

Интерпретация результатов:

- 0–4 балла: Симптомы депрессии минимальны или отсутствуют.
- 5–9 баллов: Лёгкая депрессия.
- 10–14 баллов: Умеренная депрессия.
- 15–19 баллов: Тяжёлая депрессия.
- 20–27 баллов: Крайне тяжёлая депрессия.

Оптимальным пороговым значением для выявления большого депрессивного расстройства является значение 10 баллов. Этот показатель имеет чувствительность 88% и специфичность 88%.