

# 忧郁症状学记录 (自我报告)

THIS SECTION FOR USE BY STUDY PERSONNEL ONLY.

Did patient (subject) perform self-evaluation? No  (provide reason in comments)

Evaluation performed on visit date  or specify date: \_\_\_\_\_

DD-Mon-YYYY

Comments:

**本问卷必须由病人 (受试者) 亲自填写。**

**请在下列每一题中, 圈选最能描述您过去七天的情况的选项。**

## 1. 入睡:

- 0 我不曾超过30分钟入睡。
- 1 我在少于半数的时候, 需要至少30分钟才能入睡。
- 2 我在超过半数的时候, 需要至少30分钟才能入睡。
- 3 我在超过半数的时候, 需要超过60分钟才能入睡。

## 2. 夜间睡眠:

- 0 我不会在夜寝间中途醒来。
- 1 我每晚都睡得不安宁、睡得很浅, 而且会短暂的醒来几次。
- 2 我在半夜至少醒来一次, 但都能很容易的再次入睡。
- 3 我在超过半数的时候, 会在半夜醒来超过一次, 每次醒来20分钟或更长时间。

## 3. 太早醒来:

- 0 我在大多数的时候, 都是在需要起床之前的30分钟内醒来。
- 1 我在超过半数的时候, 都是在需要起床之前超过30分钟便已醒来。
- 2 我几乎都是在需要醒来之前至少一小时左右醒来, 但我最后会再次入睡。
- 3 我在需要起床之前至少一小时醒来, 而且无法再次入睡。

## 4. 睡太多:

- 0 我每晚睡觉时间不超过 7-8 小时, 白天不需要午睡。
- 1 我在24小时内, 包括午睡的睡眠时间不超过10小时。
- 2 我在24小时内, 包括午睡的睡眠时间不超过12小时。
- 3 我在24小时内, 包括午睡的睡眠时间超过12小时。

## 5. 觉得悲伤:

- 0 我没有感到悲伤。
- 1 我在少于半数的时候会感到悲伤。
- 2 我在超过半数的时候会感到悲伤。
- 3 我在几乎所有时间都会感到悲伤。

## 6. 觉得烦躁:

- 0 我没有感到烦躁。
- 1 我在少于半数的时候感到烦躁。
- 2 我在超过半数的时候感到烦躁。
- 3 我在几乎所有时间都感到非常烦躁。

## 忧郁症状学记录（自我报告）

请在下列每一题中，圈选最能描述您过去七天的情况的选项。

### 7. 觉得不安或紧张：

- 0 我没有感到不安或紧张。
- 1 我在少于半数的时候感到不安（紧张）。
- 2 我在超过半数的时候感到不安（紧张）。
- 3 我在几乎所有时间都感到非常不安（紧张）。

### 8. 您的情绪对好事或期待的事情的反应：

- 0 在有好事发生时，我的情绪变得开朗到正常水平，并持续数小时。
- 1 在有好事发生时，我的情绪变得开朗，但不会感觉和平常一样。
- 2 只有在少数的几件期待的事情发生时，我的情绪才变得开朗。
- 3 即使在我的生命中发生非常好的事情或期待的事情，我的情绪还是一点也不会变得开朗。

### 9. 情绪与每天的时段的关系：

- 0 我的情绪和一天中的不同时间之间没有规律性的关系。
- 1 我的情绪经常会由于环境因素（例如，自己一个人、工作）而与一天中的某些时间有一定的关系。
- 2 一般而言，我的情绪与一天中不同时间的关系比与某些环境事件的关系更为密切。
- 3 我在一天中固定时刻的情绪，可以清楚的预测会变好或变坏。

### 9A. 您的情绪一般在什么时候比较坏？

- 0 早晨
- 1 中午
- 2 晚上

### 9B. 您的情绪变化是因为环境因素吗？

- 0 是
- 1 否

### 10. 您的情绪品质：

- 0 我感受的情绪（内在感觉），是很平常的情绪。
- 1 我的情绪悲伤，此种悲伤和亲近的人死亡或离别时所感受到的悲伤非常类似。
- 2 我的情绪悲伤，此种悲伤的性质，和亲近的人死亡或离别时所感受到的悲伤相当不同。
- 3 我的情绪悲伤，但此种悲伤和悲痛或丧失的悲伤不同。

请选择第11题或第12题作答（不可两题都答）

### 11. 食欲减弱：

- 0 我的食欲与平常的没有不同。
- 1 我的进食次数比平常稍微少一点，或进食量较少。
- 2 我的食量比平常少很多，而且需要费劲才能进食。
- 3 我在24小时内很少进食，而且需要费很大的劲或者在别人的说服下才进食。

### 12. 食欲增强：

- 0 我的食欲与平常的没有不同。
- 1 我比平常更常觉得需要吃东西。
- 2 我进食次数比以往频繁和/或食量增加。
- 3 我在用餐时和在两餐之间感到有过量进食的欲望。

## 忧郁症状学记录（自我报告）

请在下列每一题中，圈选最能描述您过去七天的情况的选项。

请选择第13题或第14题作答（不可两题都答）

### 13. 在前两个星期中：

- 0 我的体重没有改变。
- 1 我觉得我的体重好像减轻了点。
- 2 我的体重减轻了1公斤或更多。
- 3 我的体重减轻了2.5公斤或更多。

### 14. 在前两个星期中：

- 0 我的体重没有改变。
- 1 我觉得我的体重好像增加了点。
- 2 我的体重增加了1公斤或更多。
- 3 我的体重增加了2.5公斤或更多。

### 15. 注意力/决策能力：

- 0 我平常的注意力与进行决策的能力没有改变。
- 1 我偶尔感到犹豫不决或发现到注意力经常分散。
- 2 我在大部分时间需要费劲才能集中注意力或做出决策。
- 3 我无法集中注意力阅读或无法做出简单的决定。

### 16. 对自我的看法：

- 0 我认为自己和其他人一样有价值 and 一样重要。
- 1 我比平时更会自我责备。
- 2 我通常认为我会带给别人麻烦。
- 3 我几乎不断地在想我个人的大小缺点。

### 17. 对我的未来的看法：

- 0 我对自己的未来有乐观的看法。
- 1 有时候我对未来会有悲观的看法，但我绝大部分相信事情都会好转。
- 2 我相当肯定自己在近期（1-2个月）不会有足以引颈期盼的好事。
- 3 我觉得在未来任何时候都不会有好事发生在我身上。

### 18. 死亡或自杀的念头：

- 0 我没有想到自杀或死亡。
- 1 我觉得生命空虚或怀疑活着是否有价值。
- 2 我在一个星期内有几次想到自杀或死亡，而且每次持续几分钟。
- 3 我在一天内有几次比较深入的想到自杀或死亡，或我已作了自杀的具体计划，或曾经试图自杀。

### 19. 一般兴趣：

- 0 我对其他人或活动的兴趣和平常一样，没有改变。
- 1 我注意到我对人或活动变得较无兴趣。
- 2 我发现我只对一两件以往热衷的活动仍有兴趣。
- 3 我对以往热衷的活动几乎毫无兴趣。

### 20. 体力：

- 0 我的体力与平常一样。
- 1 我比平常更容易疲倦。
- 2 我需要费很大的劲才能开始或完成我的日常活动（例如，购物、功课、煮饭或上班）。
- 3 我因为缺乏精力，无法完成大部分的日常活动。

## 忧郁症状学记录（自我报告）

请在下列每一题中，圈选最能描述您过去七天的情况的选项。

### 21. 消遣或娱乐的能力（不包括性行为）：

- 0 我从参与消遣活动中所得到的乐趣和平常一样多。
- 1 我无法从消遣活动中感觉到我平常有的乐趣。
- 2 我很少能够从任何活动中获得乐趣。
- 3 我无法从任何事情中获得任何消遣/娱乐的感觉。

### 22. 对性行为的兴趣（请评估兴趣而非活动）：

- 0 我对性行为的兴趣和平常一样。
- 1 我对性行为的兴趣，比平常稍微低一点，或我不再从性行为中得到和过去相同的乐趣。
- 2 我对性行为很少有欲望，或从性行为中很少得到乐趣。
- 3 我对性行为完全没有兴趣，或无法从性行为中得到乐趣。

### 23. 感觉变慢：

- 0 我以我平常的速度思维、行动和说话。
- 1 我发现我的思维减缓或我的声音呆滞或单调。
- 2 我对大多数的问题都要花几秒钟才能做出反应，而且，我确信自己的思维能力已经减缓。
- 3 如果没有极度的努力，我经常无法对问题做出反应。

### 24. 觉得坐立不安：

- 0 我没有觉得坐立不安。
- 1 我经常觉得坐立不安，揉搓双手并经常变换坐姿。
- 2 我感觉有四处走动的冲动而且感觉相当不安。
- 3 有时候我无法安静地坐着，需要四处走动。

### 25. 疼痛：

- 0 我没有觉得手脚笨重或疼痛。
- 1 我有时候有头痛或胃痛、背痛、关节痛，但这些疼痛都只是偶尔发生，并没有阻止我做需要做的事。
- 2 我在大多数时间都会有这些疼痛。
- 3 这些疼痛严重到导致我必须停止正在做的事。

### 26. 其他身体症状：

- 0 我没有下列任何症状：心跳很快、视力模糊、出汗、热和冷潮红、胸部疼痛、心脏乱跳、耳鸣或颤抖。
- 1 我有上列的一些症状，但只是轻微的，而且只是偶尔发生。
- 2 我有上列症状中的几个，而且它们使我感到困扰。
- 3 我有上列症状中的几个，当症状显现时，无论我正在做什么事，我都得停下来。

## 忧郁症状学记录（自我报告）

请在下列每一题中，圈选最能描述您过去七天的情况的选项。

### 27. 恐慌/恐惧症状：

- 0 我没有感到恐慌过，而且没有具体感觉害怕的事物（恐惧症）（如动物或高处）。
- 1 我有轻度的恐慌经历或害怕的事物，但一般不至于改变我的行为，或因此导致我不去做某些事情。
- 2 我有严重的恐慌经历或害怕的事物，使我改变我的行为，但不会因此导致我不去做某些事情。
- 3 我每星期至少有一次恐慌经历或严重的害怕的事物，使我无法继续进行日常活动。

### 28. 便秘/腹泻：

- 0 我平常的排便习惯没有改变。
- 1 我有轻微的间歇性便秘或腹泻。
- 2 我在大多数时间有便秘或腹泻，但并不至于干扰我每日的活动。
- 3 我因为便秘或腹泻而服药或因便秘或腹泻干扰到我每日的活动。

### 29. 人际关系敏感性：

- 0 我一点也不觉得自己容易受其他人的排斥、轻视、批评或伤害。
- 1 我偶尔会觉得自己受其他人的排斥、轻视、批评或伤害。
- 2 我经常觉得自己受其他人的排斥、轻视、批评或伤害，但是这些感觉对我的人际关系或工作的影响很小。
- 3 我经常觉得自己受其他人的排斥、轻视、批评或伤害，而且这些感觉妨碍到我的人际关系和工作。

### 30. 软弱无力/体力：

- 0 我没有体验过身体沉重的和缺乏体力的感觉。
- 1 我偶尔感到身体沉重和缺乏体力，但对工作、学习和活动的水平没有负面影响。
- 2 我在超过半数的时间感受到身体沉重（缺乏体力）。
- 3 我每星期有几天，每天有几小时都会在大多数时间感到身体沉重（缺乏体力）。

谢谢您。