

QUICK INVENTORY OF DEPRESSIVE SYMPTOMATOLOGY (SELF-REPORT)

THIS SECTION FOR USE BY STUDY PERSONNEL ONLY.

Questionnaire completed on visit date or specify date completed: _____

DD-Mon-YYYY

Only the patient (subject) should enter information onto this questionnaire.

દરેક બાબતની સામે પાછલાં 7 દિવસોમાં તમારું શ્રેષ્ઠ વર્ણન કરે તે એક જવાબ પર નિશાની કરો.

1. ઊંઘી જવું:

- 0 મને ઊંઘ આવવામાં ક્યારેય 30 મિનિટ કરતાં વધારે સમય લાગતો નથી.
- 1 મને અડધા કરતાં ઓછા સમયે, ઊંઘ આવવામાં ઓછામાં ઓછી 30 મિનિટ લાગે છે.
- 2 મને અડધા કરતાં વધારે સમયે, ઊંઘ આવવામાં ઓછામાં ઓછી 30 મિનિટ લાગે છે.
- 3 મને અડધા કરતાં વધારે સમયે, ઊંઘ આવવામાં 60 મિનિટ કરતા વધારે લાગે છે.

2. રાત્રિ દરમિયાન ઊંઘ:

- 0 હું રાત્રે જાગી જતો/જતી નથી.
- 1 મને દરરોજ રાત્રે થોડોક વખત જાગી જવા સાથે બેચેનીપૂર્ણ, હળવી ઊંઘ આવે છે.
- 2 હું રાત્રે ઓછામાં ઓછું એક વખત જાગું છું, પરંતુ હું સહેલાઈથી પાછો/પાછી સૂઈ જાઉં છું.
- 3 હું અડધા કરતાં વધારે સમયે, રાત્રે એક કરતાં વધારે વખત જાગું છું અને 20 મિનિટ અથવા તેથી વધારે સમય જાગતો/જાગતી રહું છું.

3. વધારે પડતા વહેલા ઊઠી જવું:

- 0 મોટાભાગનો સમય, મારે ઊઠવાનું હોય તેની 30 મિનિટ કરતાં પહેલાં જાગી જતો/જતી નથી.
- 1 અડધા કરતાં વધારે સમયે, મારે ઊઠવાની જરૂર હોય તેના કરતાં 30 મિનિટ પહેલાં જાગી જાઉં છું.
- 2 હું લગભગ હંમેશા મારે જરૂર કરતાં ઓછામાં ઓછા એક કલાક પહેલાં જાગી જ જાઉં છું, પરંતુ હું છેવટે પાછો/પાછી ઊંઘી જાઉં છું.
- 3 મારે જરૂર કરતાં ઓછામાં ઓછા એક કલાક પહેલાં જાગી જાઉં છું, અને પાછો/પાછી ઊંઘી જઈ શકતો/શકતી નથી.

4. અતિશય ઊંઘવું:

- 0 હું દિવસ દરમિયાન ઝોકાં લીધા વિના, રોજ રાત્રે 7-8 કલાક કરતાં વધારે ઊંઘતો/ઊંઘતી નથી.
- 1 હું ઝોકાં સહિત 24 કલાકના સમયગાળામાં 10 કલાક કરતાં વધારે ઊંઘતો/ઊંઘતી નથી.
- 2 હું ઝોકાં સહિત 24 કલાકના સમયગાળામાં 12 કલાક કરતાં વધારે ઊંઘતો/ઊંઘતી નથી.
- 3 હું ઝોકાં સહિત 24 કલાકના સમયગાળામાં 12 કલાક કરતાં વધારે ઊંઘું છું.

5. ઉદાસી લાગવી:

- 0 મને ઉદાસી લાગતી નથી.
- 1 મને પાછલાં 7 દિવસોમાં 3 અથવા તેથી ઓછા દિવસો ઉદાસી લાગે છે.
- 2 મને પાછલાં 7 દિવસોમાં 4 અથવા તેથી વધારે દિવસો ઉદાસી લાગે છે.
- 3 મને લગભગ બધો સમય ઉદાસી લાગે છે.

QUICK INVENTORY OF DEPRESSIVE SYMPTOMATOLOGY (SELF-REPORT)

દરેક બાબતની સામે પાછલાં 7 દિવસોમાં તમારું શ્રેષ્ઠ વર્ણન કરે તે એક જવાબ પર નિશાની કરો.

કૃપા કરી ક્રૂં 6 અથવા 7 પૂર્ણ કરો (બંને નહીં)

6. ઘટી ગયેલી ભૂખ:

- 0 મારી હંમેશની ભૂખમાં કોઈ ફેરફાર નથી.
- 1 હું હંમેશ કરતાં થોડીક ઓછી વાર ખાઉં છું અથવા ઓછા પ્રમાણમાં ખોરાક લઉં છું.
- 2 હું હંમેશ કરતાં ઘણું ઓછું ખાઉં છું અને માત્ર પોતાના પ્રયત્નથી જ.
- 3 હું 24 કલાકના સમયગાળા દરમિયાન ભાજ્યે જ ખાઈ શકું છું, અને માત્ર પોતાના અતિશય પ્રયત્નથી જ અથવા બીજાઓ મને ખાવા સમજાવે ત્યારે જ ખાઉં છું.

7. વધી ગયેલી ભૂખ:

- 0 મારી હંમેશની ભૂખમાં કોઈ ફેરફાર નથી.
- 1 મને હંમેશ કરતાં વધારે વારંવાર ખાવાની જરૂર લાગે છે.
- 2 હું નિયમિત વધારે વખત ખાઉં છું અને/અથવા હંમેશ કરતાં વધારે પ્રમાણમાં ખોરાક લઉં છું.
- 3 મને ભોજન સમયે તથા ભોજનોની વચ્ચે વધારે પડતું ખાવાની તલપ લાગે છે.

કૃપા કરી ક્રૂં 8 અથવા 9 પૂર્ણ કરો (બંને નહીં)

8. ઘટી ગયેલું વજન (છેલ્લાં બે અઠવાડિયાઓમાં):

- 0 મારા વજનમાં કોઈ ફેરફાર થયો નથી.
- 1 મને એવું લાગે છે કે મારા વજનમાં સહેજ ઘટાડો થયો હોય.
- 2 મેં 1 કિલો અથવા તેથી વધારે વજન ગુમાવ્યું છે.
- 3 મેં 2 કિલો અથવા તેથી વધારે વજન ગુમાવ્યું છે.

9. વધી ગયેલું વજન (છેલ્લાં બે અઠવાડિયાઓમાં):

- 0 મારા વજનમાં કોઈ ફેરફાર થયો નથી.
- 1 મને એવું લાગે છે કે મારા વજનમાં સહેજ વધારો થયો હોય.
- 2 મેં 1 કિલો અથવા તેથી વધારે વજન વધાર્યું છે.
- 3 મેં 2 કિલો અથવા તેથી વધારે વજન વધાર્યું છે.

10. ધ્યાન કેન્દ્રીકરણ/પસંદગીઓ કરવી:

- 0 ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની કે નિર્ણયો લેવાની મારી હંમેશની ક્ષમતામાં કોઈ ફેરફાર થયો નથી.
- 1 મને ક્યારેક લાગે છે કે હું અનિર્ણાયક છું અથવા તો ખબર પડે છે કે મારું ધ્યાન ભટક્યા કરે છે.
- 2 મોટા ભાગનો સમય, મારું ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા અથવા નિર્ણયો લેવામાં મારે સંઘર્ષ કરવો પડે છે.
- 3 હું વાંચવા માટે જોઈએ એટલી સારી રીતે ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી શકતો/શક્તી નથી અથવા નાના નિર્ણયો પણ લઈ શકતો/શક્તી નથી.

11. મારી જાત વિશેનો અભિપ્રાય:

- 0 હું મારી જાતને બીજા લોકો સમાન શ્રેષ્ઠ અને યોગ્ય પાત્ર હોવા તરીકે જોઉં છું.
- 1 હું હંમેશ કરતાં મારી જાતને વધારે દોષ આપું છું.
- 2 મને મહદઅંશે લાગે છે કે હું બીજાઓ માટે સમસ્યાઓ પેદા કરું છું.
- 3 હું લગભગ સતત મારી મોટી અને નાની ખામીઓ વિશે વિચારું છું.

12. મૃત્યુ અથવા આત્મહત્યાના વિચારો:

- 0 હું આત્મહત્યા અથવા મૃત્યુના વિચાર કરતો/કરતી નથી.
- 1 મને લાગે છે કે જિંદગી ખાલી છે અથવા જીવવા લાયક છે કે કેમ તેનો વિચાર કરું છું.
- 2 મને પાછલાં 7 દિવસોમાં ઘણી બધી વખત ઘણી બધી મિનિટો સુધી આત્મહત્યા અથવા મૃત્યુનો વિચાર આવે છે.
- 3 હું આત્મહત્યા અથવા મૃત્યુ વિશે દિવસમાં અનેક વાર થોડીક વિગતે વિચાર કરું છું, અથવા મેં આત્મહત્યા માટે ખાસ યોજનાઓ કરી છે અથવા મારી જિંદગીનો અંત લાવવાનો ખરેખર પ્રયત્ન કર્યો છે.

QUICK INVENTORY OF DEPRESSIVE SYMPTOMATOLOGY (SELF-REPORT)

દરેક બાબતની સામે પાછલાં 7 દિવસોમાં તમારું શ્રેષ્ઠ વર્ણન કરે તે એક જવાબ પર નિશાની કરો.

13. સામાન્ય રસ:

- ૦ હું બીજા લોકોમાં અથવા પ્રવૃત્તિઓમાં જે રીતે રસ લઉં છું તેમાં હંમેશ કરતાં કોઈ ફેરફાર નથી.
- ૧ મેં ધ્યાનમાં લીધું છે, કે હું લોકોમાં અથવા પ્રવૃત્તિઓમાં ઓછો રસ ધરાવું છું.
- ૨ મને ખબર પડે છે કે મારી અગાઉ કરેલી પ્રવૃત્તિઓ પૈકી માત્ર એક અથવા બેમાં મને રસ છે.
- ૩ મને અગાઉ કરેલી પ્રવૃત્તિઓમાં વહેવારિક રીતે કોઈ રસ નથી.

14. શક્તિનું સ્તર:

- ૦ મારી હંમેશની શક્તિના સ્તરમાં કોઈ ફેરફાર નથી.
- ૧ હું હંમેશ કરતાં વધારે સહેલાઈથી થાકી જાઉં છું.
- ૨ મારી હંમેશની રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓ શરૂ કરવામાં અથવા પૂરી કરવામાં મારે ભારે મહેનત કરવી પડે છે. (દાખલા તરીકે, ખરીદી, ઘરકામ, રસોઈ અથવા કામ પર જતી વખતે).
- ૩ હું ખરેખર મારી મોટાભાગની હંમેશની રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓ કરી શકતો/શકતી નથી, કારણ કે મારામાં બિલકુલ શક્તિ નથી.

15. ધીમા પડી ગયાનું લાગવું:

- ૦ હું મારી હંમેશની ઝડપના દર પ્રમાણે વિચારું છું, બોલું છું, અને હલનચલન કરું છું.
- ૧ મેં ધ્યાનમાં લીધું છે કે મારી વિચારણા ધીમી પડી ગઈ છે અથવા મારો અવાજ નીરસ કે સુસ્ત થઈ ગયો છે.
- ૨ મોટાભાગના પ્રશ્નોના જવાબ આપવામાં મને ઘણી સેકન્ડ લાગે છે અને મને ખાતરી છે કે મારી વિચારશક્તિ મંદ પડી ગઈ છે.
- ૩ અત્યંત મહેનત વિના પ્રશ્નોના જવાબ આપવામાં ઘણીવાર અસમર્થ થાઉં છું.

16. બેચેની લાગવી:

- ૦ મને બેચેની લાગતી નથી.
- ૧ મને ઘણીવાર રઘવાટ થાય છે, હાથ મસળું છું અથવા જે રીતે બેઠો/બેઠી હોઉં ત્યાંથી ખસવું જરૂરી બને છે.
- ૨ મને આમતેમ ફરવાની એકાએક ઈચ્છા થાય છે અને તદ્દન બેચેન બનું છું.
- ૩ અમુક સમયે, હું બેઠેલો/બેઠેલી રહી શકવા અસમર્થ બની જાઉં છું અને ધીમા નિયમિત પગલે ચાલવું જરૂરી બને છે.

Rush et al, Biol Psychiatry (2003) 54: 573-83.

EPI0905.QIDSSR

હું સમર્થન આપું છું કે આ માહિતી ચોક્કસ જ છે.

દર્દીની/વ્યક્તિની ટૂંકી સહી:

તારીખ:

QUICK INVENTORY OF DEPRESSIVE SYMPTOMATOLOGY (SCORE SHEET)

NOTE: THIS SECTION IS TO BE COMPLETED BY THE STUDY PERSONNEL ONLY.

- _____ Enter the highest score on any 1 of the 4 sleep items (1-4)
- _____ Item 5
- _____ Enter the highest score on any 1 of the appetite/weight items (6-9)
- _____ Item 10
- _____ Item 11
- _____ Item 12
- _____ Item 13
- _____ Item 14
- _____ Enter the highest score on either of the 2 psychomotor items (15 and 16)
- _____ **Total Score (Range: 0-27)**

Rush et al, Biol Psychiatry (2003) 54: 573-83.

EPI0905.QIDSSR