

The Scale - Finnish

CALGARY MASENNUS-ASTEIKKO

Haastattelijalle: Kysy aluksi kussakin kohdassa mainitut kysymykset sanatarkasti. Tämän jälkeen voit esittää täydentäviä kysymyksiä harkintasi mukaan. Kysymykset koskevat kahta viimeistä haastattelua edeltävää viikkoa ellei toisin mainita. Huom! Viimeinen osio 9 perustuu havaintoihin koko haastattelun aikana.

1. Masentuneisuus

Miten kuvailisit mielialaasi kahden viime viikon aikana? Oletko ollut kohtuullisen iloinen, vai oletko tuntenut itsesi hyvin masentuneeksi tai alakuloiseksi. Kuinka usein kahden viime viikon aikana olet tuntenut itsesi (potilaan omin sanoin) koko päivän? Joka päivä?

0. Ei oiretta

1. Lievä Potilas ilmaisee kysyttäessä jonkin verran surua tai masentuneisuutta.

2. Kohtalainen Potilas on kahden viime viikon aikana ollut joka päivä selvästi masentunut enintään puolet ajasta.

3. Vaikea Huomattavasti masentunut mieliala, joka häiritsee päivittäin yli puolet ajasta normaalia sosiaalista toimintaa tai motorikkaa.

2. Toivottomuus

Miten näet tulevaisuutesi? Koetko Sinulla olevan mitään tulevaisuutta vai onko elämä tuntunut toivottomalta? Oletko luovuttanut vai tuntuuko Sinusta että vielä on syytä yrittää?

0. Ei oiretta

1. Lievä Potilas on tuntenut ajoittain toivottomuutta viime viikon aikana, mutta hänellä on yhä jonkin verran toivoa tulevaisuuden suhteen.

2. Kohtalainen Jatkuva, kohtalaisen voimakas toivottomuuden tunne viime viikon aikana. Potilas voidaan taivutella harkitsemaan sitä mahdollisuutta, että asiat saattavat kehittyä parempaan päin.

3. Vaikea Jatkuva ja ahdistava toivottomuuden tunne.

3. Alemmuudentunne

Miten arvioit itseäsi muihin verrattuna? Tunnetko itsesi paremmaksi, huonommaksi vai ko suurinpiirtein samanlaiseksi kuin muut? pidätkö itseäsi muita huonompana tai jopa arvottomana?

0. Ei oiretta

1. Lievä Jonkin verran alemmuuden, ei kuitenkaan arvottomuuden tunnetta.
2. Kohtalainen Arvottomuuden tunnetta, mutta alle puolet ajasta.
3. Vaikea Arvottomuuden tunnetta yli puolet ajasta. Perusteltaessa potilas voidaan saada myöntämään, että asiat ovat toisin.

4. Syyllisyydentunteeseen liittyvät merkityselämykset

Tuntuuko Sinusta, että Sinua moititaan jostakin tai jopa syytetään perusteettomasti? Mistä? (Älä sisällytä oikeutettuja moitteita tai syytöksiä. Sulje pois syyllisysharhaluulot).

0. Ei oiretta

1. Lievä Potilas kokee itseään moitittavan muttei syytettävän alle puolet ajasta.
2. Kohtalainen Jatkuva tunne moitteen kohteena olemisesta ja/tai ajoittainen tunne syytettynä olemisesta.
3. Vaikea Jatkuva tunne syytettynä olemisesta (perusteltaessa potilas voidaan saada myöntämään, ettei häntä syytetä).

5. Patologinen syyllisyydentunne

Onko Sinulla taipumus syyttää itseäsi pienistä asioista, joita olet tehnyt menneisyydessä? Ajatteletko että ansaitsetkin olla niistä niin huolissaan?

0. Ei oiretta

1. Lievä Ajoittaisia syyllisyydentunteita pikku virheistä, mutta alle 50% ajasta.
2. Kohtalainen Potilas kokee yleensä (yli 50% ajasta) syyllisyyttä aiemmista teoistaan, joiden merkitystä hän liioittelee.
3. Vaikea Potilas tuntee tavallisesti olevansa syyllinen kaikkeen mikä on mennyt vikaan silloinkin kun syy ei ole hänen.

6. Aamumasennus

Kun olet viimeisen kahden viikon aikana tuntenut itsesi masentuneeksi, niin oletko huomannut masennuksen olevan pahempaa johonkin tiettyyn aikaan päivästä?

0. Ei oiretta

1. Lievä Masennusta esiintyy, mutta ilman vuorokausivaihtelua.
2. Kohtalainen Potilas mainitsee spontaanisti masennuksen olevan pahempi aamupäivisin.
3. Vaikea Masennus on selvästi pahempi aamupäivisin. Aamupäivisin masennukseen liittyy alentunut toimintakyky, joka paranee puolen päivän jälkeen.

7. Varhainen herääminen

Heräätkö aamuisin tavallista aikaisemmin? Montako kertaa viikossa näin tapahtuu?

0. Ei oiretta

- | | |
|----------------|--|
| 1. Lievä | Silloin tällöin (enintään kahdesti viikossa) potilas herää vähintään tunnin tavallista aikaisemmin tai ennen herätyskellon soimista. |
| 2. Kohtalainen | Potilas herää usein (enintään 5 kertaa viikossa) vähintään tunnin tavallista aikaisemmin tai ennen herätyskellon soimista. |
| 3. Vaikea | Potilas herää päivittäin vähintään tunnin tavallista aikaisemmin. |

8. Itsetuhoisuus

Onko Sinusta tuntunut ettei elämä ole elämisen arvoista? Oletko koskaan ajatellut lopettaa kaiken? Mitä ajattelit että voisit tehdä? Yrititkö sitä?

0. Ei oiretta

- | | |
|----------------|---|
| 1. Lievä | Potilas on usein ajatellut että olisi parempi olla kuollut, tai satunnaisia itsemurha-ajatuksia. |
| 2. Kohtalainen | Potilas on tehnyt itsemurhasuunnitelman, muttei vakavaa itsemurhayritystä. |
| 3. Vaikea | Itsemurhayritys, jonka tarkoituksena ilmeisesti oli kuolema (esim. sattumanvarainen löytyminen tai tehoton väline). |

9. Havaittu masentuneisuus

Perustuu haastattelijan havaintoihin koko haastattelun aikana. Kysymys: "itkettäkö Sinua?" esitettyinä sopivissa kohdissa haastattelun kuluessa saattaa tuottaa hyödyllistä tietoa tämän osion arviointiin.

0. Ei oiretta

- | | |
|----------------|--|
| 1. Lievä | Haastateltava vaikuttaa surulliselta ja murheelliselta sellaistenkin haastattelun osien aikana, joiden tunneilmapiiri on neutraali. |
| 2. Kohtalainen | Haastateltava vaikuttaa surulliselta ja murheelliselta koko haastattelun ajan. Hänen äänensä on alakuloinen ja monotoninen, ja ajoittain hän itkee tai on puhkeamaisillaan kyyneliin. |
| 3. Vaikea | Haastateltava on pakahtumaisillaan puhuttaessa ahdistavista aiheista, huokaa usein syvään tai itkee avoimesti, tai haastattelija on varma siitä että potilas on koko ajan jähmettyneen epätoivoinen. |

Dr. Tero Taiminen
Department of Psychiatry
University of Turku
Kunnallissairaalantie 20
FIN-20700 Turku
FINLAND

Tel. +358 2 2692577
Fax: +358 2 2692528
Email: tero.taiminen@utu.fi

