

CDSS-S version 2017

Annexure 08 Calgary Depression Scale for Schizophrenia- Sinhala version

හින්තෝන්මාදය සඳහා වන කැල්ගරි විශාද දර්ශකය

පළමු ප්‍රශ්නය දී ඇති අයුරින් අසන්න. වැඩිදුර විස්තර සඳහා ඔබගේ අභිමතය පරිදි පසු විපරම් කර දැනගත හැකිය. විශේෂ අවස්ථාවක දී හැර කාලසීමාව සති දෙකක් ලෙස සලකන්න

1. කනගාටුදායක බව: පසුගිය සති දෙක තුළ ඔබගේ මනෝභාවය ඔබ විස්තර කරන්නේ කෙසේද? ඔබ සාමාන්‍යයෙන් සතුටින් සිටියේද? නැතහොත් දුකින් හෝ ඊර්ශ්‍යය අඩු බවක් දැනුණේද?

පසුගිය සති දෙක තුළ එම මානසික තත්වය දිනපතා පැවතියේද? දිනය මුළුල්ලේම පැවතියේ ද ?

0- නැත

1- සුළු වශයෙන්:- ප්‍රශ්න කිරීමේදී යම් තරමක කනගාටුදායක බවක් බවක් හෝ පසුබට බවක් ප්‍රකාශ කරයි.

2 මධ්‍යස්ථ ලෙස:- පසුගිය සති දෙක තුළ දිනපතාම දවසින් අඩක් පමණ පැහැදිලි කනගාටුදායක බවක් දැනුණි

3. උග්‍ර ලෙස :- පැහැදිලිව පෙනෙන කනගාටුදායක බවක් දිනපතාම දවසින් අඩකට වඩා කාලයක් තුළ පවතින අතර එය මානස ක්‍රියාකාරීත්වයට හා සමාජ කටයුතුවලට බාධා පමුණුවයි.

2. අපේක්ෂා විරහිත බව:- ඔබගේ අනාගතය ඔබ දකින්නේ කෙසේද? ඔබට හොඳ අනාගතයක් ඇතැයි සිතේ ද?

ජීවිතයේ බලාපොරොත්තු කඩවූ ගතියක් දැනේද? ඔබ සියල්ල අතහැර තිබේද? නැතහොත් තවදුරටත් ඉදිරියට උත්සාහ කිරීමට හේතු තිබේද?

0 :- අපේක්ෂා විරහිත බවක් නැත

1 සුළු වශයෙන්:- පසුගිය සතිදෙක තුළ බලාපොරොත්තු රහිත අවස්ථා තිබුණද අනාගතය පිළිබඳව තවමත් බලාපොරොත්තු ඇත.

2 මධ්‍යස්ථ ලෙස:- පසුගිය සතිය මුළුල්ලේම අපේක්ෂා විරහිත බවක් සැලකිය යුතු ලෙසම දැනුණද තත්වය යහපත් අතට හැරේ යැයි ඒත්තු ගැන්විය හැකියි මානසික මට්ටමක් පවතී.

3 උග්‍ර ලෙස :- සිත පීඩාවට පත්කරමින් දිගටම පවතින අපේක්ෂා විරහිත බවක් ඇත

3. ආත්ම අවමානය:- අනෙක් පුද්ගලයන්ට සාපේක්ෂව ඔබට ඔබ ගැන කුමක් සිතන්නේද? ඔබ අනිත් අයට වඩා යහපත්/ වටිනා අයකු ලෙස ඔබට සිතෙන්නේ ද? නැතිනම් ඊට වඩා අඩු වටිනාකමකින් යුතු අයකු ලෙස හෝ සාමාන්‍ය අයකු ලෙස දැනෙන්නේද?

0- ආත්ම අවමානයක් නැත

1- සුළු වශයෙන්:- යම් තරමක භීතමානයක් පවතින නමුත් කිසිදු වටිනාකමක් නැතැයි නො හැඟේ

2- මධ්‍යස්ථ ලෙස:- තමා නො වැදගත් පුද්ගලයකු සේ දැනෙන අතර එය කාල සීමාවෙන් අඩක් දක්වා පවතී.

3- උග්‍ර ලෙස :- තමා නො වැදගත් පුද්ගලයකු සේ දැනෙන අතර එය කාල සීමාවෙන් අඩකට වඩා වැඩි කාලයක් තුළ පවතී තවද එය එසේ නොවන බව පැවසූ විට එකඟ නොවේ.

4. වැරදිකරුවකු සේ සලකන බවට අදහස්:- ඔබ අනවශ්‍ය ලෙස වැරදි වලට හෝ වෝදනාවලට ලක්ව ඇති බවක් දැනේ ද? ඒ කුමක් සම්බන්ධවද?

0- එසේ නැත

1- මද වශයෙන්:- වරදකාරී හැඟීමක් දැනේ නමුත් වෝදනා ඇති බවක් නොදැනේ. එය ද දැනෙන්නේ 50% වඩා අඩු කාලයකි.

2- මධ්‍යස්ථ ලෙස:- වරදකාරී හැඟීමක් දිගින් දිගටම දැනේ. එය 50% කට වඩා වැඩි කාලයක් තුළ දැනේ. වෝදනා ඇති බවක් කලාතුරකින් දැනේ.

3 උග්‍ර ලෙස :- දිගටම පවතින වෝදනාවට ලක්වූ ගතියක් දැනේ එහෙත් එය අභියෝගයට ලක් කළ විට එසේ නැති බව පිළිගනී.

5. අසාමාන්‍ය වරදකාරී බව (pathological guilt):-

ඔබ අතින් අතීතයේ සිදුවූ සුළු දේවල් වලට ඔබ වෝදනා කර ගන්නවාද? ඔබ ඒ සම්බන්ධයෙන් දඬුවම් ලැබිය යුතු යැයි සිතන්නේද?

0- එසේ නැත

1- මද වශයෙන්:- සමහර සුළු වැරදි ගැන සමහර අවස්ථාවල පසුතැවේ. (කාල සීමාවෙන් 50% කට වඩා අඩු කාලයක් තුළදී)

2- මධ්‍යස්ථ ලෙස:- අතීතයේ සුළු කරුණු මහත් සේ සලකා බොහෝ අවස්ථාවල වරදකාරී හැඟීමකින් පසුවේ. (කාල සීමාවෙන් 50% කට වඩා වැඩි කාලයක් තුළ)

3- උග්‍ර ලෙස :- අතීතයේ වූ සියලු දේ තම වැරද්ද නිසා සිදුවූ බවට සලකා වරදකාරී හැඟීමකින් පසුවේ.

6. උදෑසන දැනෙන කනගාටුදායක බව:- පසුගිය දෙසතිය තුළ ඔබට දුක දැනුණු අවස්ථා සලකා බැලීමේදී දවසේ යම් වෙලාවකදී දුක වැඩි වූ බව දැනුණි ද?

0- එසේ නැත

1- මද වශයෙන්:- කනගාටුදායක බවත් ඇත නමුත් දවසේ විශේෂ වෙලාවකදී අඩු වැඩි වීමක් නැත

2- මධ්‍යස්ථ ලෙස:- කනගාටුදායක බව උදේ කාලයේදී වැඩි වේ

3- උග්‍ර ලෙස :- කනගාටුදායක බව උදේ කාලයේ වැඩි වේ. එය දවසේ කටයුතු වලට බාධාවක් වේ. එය සවස් වනවිට අවම වේ.

7. උදෑසන කලින් අවදි වීම :- ඔබ වෙනදාට වඩා කලින් අසාමාන්‍ය ලෙස උදෑසන අවදි වේ ද? සතියට කී වරක් එය එලෙස සිදු වේද?

0- එසේ අවදි වන්නේ නැත

1- මද වශයෙන්:- කලාතුරකින් (සතියකට දෙවරකට වඩා අඩුවෙන්) අඩුම වශයෙන් පැයකට කලින් අවදි වේ

2- මධ්‍යස්ථ ලෙස:- නිතරම (සතියකට වරක්) අඩුම වශයෙන් පැයකට කලින් අවදි වේ

3- උග්‍ර ලෙස :- දිනපතාම ආමාන්‍ය වේලාවට වඩා පැය කට කලින් අවදි වේ

8. සියදිවි නසාගැනීම:- ජීවිතය පලක් නැති දෙයක් බව ඔබට දැනී තිබේ ද? සියල්ල අවසාන කරගැනීමට ඔබට සිතී තිබේද? ජීවිතය නැතිකර ගත යුතු යැයි ඔබට සිතුවේ ද? ඔබ ඒ සඳහා උත්සාහ කළේද?

0- එසේ සිතුවේ නැත.

1- මද වශයෙන්:- මරණය වඩා හොඳ යැයි නිතර සිතේ කලාතුරකින් සියදිවි නසා ගත යුතුයැයි සිතේ.

2- මධ්‍යස්ථ ලෙස:- නිතරම සියදිවි නසා ගැනීමට සිතේ, නමුත් උත්සාහ කර නොමැත

3- උග්‍ර ලෙස :- මරණය බලාපොරොත්තු වෙන්න සියදිවි නසාගැනීමට තැත් කිරීම ( අසාර්ථක වූ එවැනි අවස්ථා අහම්බෙන් සොයා ගැනීම.)

9. නිරීක්ෂණය කරන ලද කනගාටුදායක බව:- මෙය පරීක්ෂක විසින් කතාබහ කළ කාලය තුළ නිරීක්ෂණය කරන ලද නිගමන මත පදනම් වේ. “ ඔබට අඬන්නට සිතේද?” ඊර්ශ්‍ය සුදුසු අවස්ථාවලදී අසන්න. ය තොරතුරු ලබාගැනීමට ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇත.

0.- එසේ නැත

1- මද වශයෙන්:- හැඟීම් නොදැනෙන අවස්ථාවලදී වුවද රෝගියා දුක්වන බවක් පෙන්වයි.

2- මධ්‍යස්ථ ලෙස:- සම්මුඛ පරීක්ෂණය පුරාවටම රෝගියා දුක්බර බවක් පෙන්වයි ඒ සමගම කටහඬ අඩපණ වීම කඳුළු පිරුණු ස්වභාවය දක්නට ලැබේ

3- උග්‍ර ලෙස:- දුක් දනවන මාතෘකාවලදී දරුණු ලෙස දුක්බර බවක් හැඟෙන බව දක්නට ලැබේ නිතරම කඳුළු බරවේ.