

第七章 抑郁自评量表 (SDS)

抑郁自评量表 (Self-Rating Depression Scale, SDS) 是一个含有20个项目、分为4级评分的自评量表。它原型是 Zung Depression Scale (Zung抑郁量表, 1965), 其特点是使用简便, 并能相当直观地反映忧郁病人的主观感受。

项目、定义和评分标准

SDS 采用4级评分, 主要评定症状出现的频度, 其标准为: “1” 没有或很小时间; “2” 小部分时间; “3” 相当多时间; “4” 绝大部分或全部时间。

在介绍各个项目内容时需要说明的是, 由于这是一个自评量表, 故翻译时应尽可能符合中国一般群众的语言习惯; 且与其它一些量表 (如 BPRS 等) 的不同之处在于那些量表给出的项目是一些特定的症状名称, 而自评量表则必须给出十分具体的自我感觉内容。以下是 SDS 的条文, 括号中的为症状名称。

1. 我觉得闷闷不乐, 情绪低沉 (忧郁)。
- *2. 我觉得一天中早晨最好 (晨重晚轻),
3. 我一阵阵哭出来或觉得想哭 (易哭)。
4. 我晚上睡眠不好 (睡眠障碍)。
- *5. 我吃得跟平常一样多 (食欲减退)。
- *6. 我与异性密切接触时和以往一样感到愉快 (性兴趣减退)。
7. 我发觉我的体重在下降 (体重减轻)。
8. 我有便秘的苦恼 (便秘)。
9. 我心跳比平常快 (心悸)
10. 我无缘无故地感到疲乏 (易倦)。
- *11. 我的头脑跟平常一样清楚 (思考困难)。
- *12. 我觉得经常做的事情并没有困难 (能力减退)。
13. 我觉得不安而平静不下来 (不安)。

*14. 我对将来抱有希望 (绝望)。

15. 我比平常容易生气激动 (易激惹)。

*16. 我觉得作出决定是容易的 (决断困难)。

*17. 我觉得自己是个有用的人, 有人需要我 (无用感)。

*18. 我的生活过得很有意思 (生活空虚感)。

19. 我认为如果我死了别人会生活得好些 (无价值感)。

*20. 平常感兴趣的事我仍然照样感兴趣 (兴趣丧失)。

适用对象

SDS 主要适用于具有抑郁症状的成年人。根据我们在实际使用中的体会, 它对门诊及住院精神病人都是可以接受的。只是对严重阻滞症状的抑郁, 评定有困难。

评定方法及注意事项

作为精神科的一种自评量表, 在自评者评定之前, 一定要让他把整个量表的填写方法及每条问题的涵义都弄明白, 然后作出独立的、不受任何人影响的自我评定。

在开始评定之前, 先由工作人员指着 SDS 量表告诉他: 下面有二十条文字, 请仔细阅读每一条, 把意思弄明白, 然后根据您最近一星期的实际情况, 在适当的方格里划一钩 (✓)。每一条文字后有4个方格, 分别代表没有或很少 (发生), 小部分时间, 相当多时间, 绝大部分或全部时间。

如果评定者的文化程度太低, 不能理解或看不懂 SDS 问题的内容, 可由工作人员念给他听, 逐条念, 让评定者独立地自己作出评定。一次评定, 一般可在十分钟内填完。

应该注意:

1. 评定的时间范围, 应强调是“现在”

或“过去一周”。这一时间范围应十分明确、具体地告诉自评者。

2.在评定结束时，工作人员应仔细地检查一下自评结果，除有特殊情况外，一般应提醒自评者不要漏评某一项目，也不要同一个项目里打两个钩（即不要重复评定）。

3.SDS应在开始治疗（或开始研究）前让自评者评定一次，然后至少应在治疗后（或研究结束时）再让他评定一次，以便通过SDS总分的变化来分析该自评者症状的变化情况。在治疗期间或研究期间评定，其时间间隔可由研究者自行安排。

结果分析

SDS的分析方法比较简便，主要的统计指标就是总分，不过要经过一次转换。

待自评结束后，把20个项目中的各项分数相加，即得到了粗分(raw score)然后通过公式作转换： $Y = \text{int}(1.25X)$ 。即用粗分X乘以1.25后，取整数部分，就得到标准分(index score, Y)。

当然也可以通过表格作转换，那样更方便。转换表详见表7—1。

必须着重指出：SDS的20个项目中，第2, 5, 6, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20共10项的计分，必须反向计算。举例来说：

5.我吃得跟平常一样多

没有 小部分 相当多 全部时间
☐ ☐ ☐ ☐

按一般的规定，应以“2”分计算，但它属于反向计算的项目，故应记为“3”分这样做的作用及影响，详见第八章《焦虑自评量表(SAS)》的结果分析节。

应用评价

SDS使用简单，不需专门的训练即可指导自评者进行相当有效的评定。而且它的分析相当方便，这些都是SDS的优点。

效度分析：我们曾对63例抑郁症患者进行了SDS检查，并同时采用HAMD检查，将两项检查的总分进行比较，Pearson相关法，

表7—1 粗分标准分换算表

粗 分	标准分	粗 分	标准分	粗 分	标准分
20	25	40	50	60	75
21	26	41	51	61	76
22	28	42	53	62	78
23	29	43	54	63	79
24	30	44	55	64	80
25	31	45	56	65	81
26	33	46	58	66	83
27	34	47	59	67	84
28	35	48	60	68	85
29	36	49	61	69	86
30	38	50	63	70	88
31	39	51	64	71	89
32	40	52	65	72	90
33	41	53	66	73	91
34	43	54	68	74	92
35	44	55	69	75	94
36	45	56	70	76	95
37	46	57	71	77	96
38	48	58	73	78	98
39	49	59	74	79	99
				80	100

相关系数为0.778；Spearman氏等级相关法，相关系数为0.783。结果表明，抑郁自评量表的总分与HAMD客观评定的总分呈极为显著的正相关，这就证明了SDS的临床有效性。

另外，国外有人对SDS作了大量的研究。一般认为，SDS对于几类主要有抑郁倾向的精神疾患均能比较准确地反映自评者的主观感受到的忧郁程度。以下是一份比较典型的研究结果。

表7—2 几类精神疾患的SDS总分比较

诊 断	例 数	标准分（均值）
抑 郁 症	96	65
精神分裂症	25	51
焦 虑 症	22	53
人 格 障 碍	51	56

但SDS本身还存在一个问题，即用它来鉴别神经症与抑郁症时，它的作用不理想。这一点在第八章中将与SAS一起进行讨论。总之，SDS可以作为一种衡量主观抑郁感觉的有效临床工具。（王征宇 迟玉芬）