

耶鲁-布朗强迫障碍量表(Y-BOCS)

Y-BOCS 是评估病人强迫症状严重程度及治疗效果的主要衡量工具, 包括强迫思维和强迫行为 2 个维度, 共 10 个条目。采用 Likert 4 级评分法, 0 分表示无症状, 4 分表示症状非常严重, 总分为 0~40 分, 得分越高表示症状越严重, 其中 1~7 分、8~15 分、16~23 分、24~32 分和 33~40 分分别表示症状越严重, 其中 1~7 分、8~15 分、16~23 分、24~32 分和 33~40 分分别表示存在亚临床、轻度、中度、重度和极重度症状。Y-BOCS 用于衡量强迫症治疗效果时, 得分下降超过 8 分, 表示病人强迫症症状缓解。徐勇等在我国强迫症病人中进行跨文化调试, 形成中文版 Y-BOCS, 该量表的 Cronbach' s α 系数为 0.75, 具有较好的内容效度和结构效度。

说明:

1—5 题是强迫思维, 6—10 题是强迫行为, 请依照你过去一周的实际情况, 圈选对应的数字, 并在完成全部题目后, 累积所有的数目, 以此作为判断症状严重程度程度的依据。

A 强迫思维部分:

1、每天强迫思维的时间或频率

0=完全无强迫思维(选择此项, 则第 2、3、4、5、题也会选 0, 可直接作答第 6 题)

1=轻微(少于 1 小时), 或偶尔有(不超过 8 次/天)

2=中度(1—3 小时), 或常常有(超过 8 次/天, 但每天大部分时间没有强迫思维)

3=重度(3—8 小时), 或频率非常高(超过 8 次/天, 且一天大部分时间有强迫思维)

4=极重(8 小时以上), 或几乎无时无刻都有

2、强迫思维对学业、工作、社交或日常活动任意一项的妨碍(请考虑因为强迫思维而不去做或减少做的事情)

0=不受妨碍

1=轻微(稍微妨碍, 但整体表现并无大碍)

2=中度(确实妨碍, 但仍可应付)

3=重度（上述某一项或多项功能严重受损）

4=极度（上述某一项或多项功能丧失）

3、强迫思维带来的苦恼或困扰

0=没有

1=轻微

2=中度（尚可应付）

3=重度

4=极重（持续地感觉如同废人）

4、与强迫思维的抗衡

0=无需抗衡

1=基本能与之抗衡

2=有时能与之抗衡

3=经常屈服

4=完全屈服

5、对强迫思维的掌控

0=完全能控制

1=大多能控制

2=中等程度控制

3=很少能控制

4=完全无法控制

B 强迫行为部分：

6、每天强迫行为的时间或频率

0=完全无强迫行为（选择此项，则第 7、8、9、10 题也会选 0）

1=轻微（少于 1 小时），或偶尔有（不超过 8 次/天）

2=中度（1—3 小时），或常常有（超过 8 次/天，但一天大部分时间没有强迫行为）

3=重度（3—8 小时），或频率非常高（超过 8 次/天，且一天大部分时间有强迫行为）

4=极重（大于 8 小时），或几乎无时无刻都有

7、强迫行为对学业、工作、社交或日常活动任意一项的妨碍（请考虑因为强迫行为而不去做或减少做的事情）

- 0=不受妨碍
- 1=轻微（稍微妨碍，但整体表现并无大碍）
- 2=中度（确实妨碍，但仍可应付）
- 3=重度（上述某一项或多项功能严重受损）
- 4=极度（上述某一项或多项功能丧失）

8、强迫行为被制止时的焦虑程度

- 0=没有焦虑
- 1=轻微
- 2=中度（仍可以应付）
- 3=严重
- 4=极度

9、与抗强迫行为的抗衡

- 0=无需对抗
- 1=基本能与之抗衡
- 2=有时能与之抗衡
- 3=经常屈服
- 4=完全屈服

10、对强迫行为的掌控（回想那些控制强迫行为的情境，以便回答此题）

- 0=完全控制
- 1=大多能控制（只要稍加注意即能停止强迫行为）
- 2=中等程度控制（注意虽能控制但有困难）
- 3=控制力弱（只能忍耐短暂的时间，但最终还是必须完成强迫行为）
- 4=完全无法控制（连忍耐短暂时间的能力都没有）

选择完毕后，请将选择的数字相加得出以下三个分数

- A 强迫思维部分总分（ ）
- B 强迫行为部分总分（ ）
- C 强迫思维和强迫行为两部分总分（ ）

解释:

轻度——两项总分 6—15 分（或者其中一项分数为 0，另一项 6-9 分）

处于轻度严重的强迫症患者，其症状已经对患者的生活、学习或职业开始造成一定的影响，患者的症状会随着环境和情绪的变化不断的波动，如果不能尽早的解决，很容易会朝着严重的程度发展、泛化，此时是治疗效果最理想的时期，建议尽早治疗。

中度——两项总分 16—25 分（或者其中一项分数为，另一项 10-14 分）

这属于中等的强迫症状，表示症状的频率或严重程度已经对生活、学习或职业造成明显的障碍，导致患者可能无法有效执行其原有的角色功能，甚至在没有出现有效的改善前，可能导致抑郁症状，甚至出现自杀念头，必须接受心理治疗或者药物治疗。

重度——两项总分 25 分以上（或者其中一项分数为，另一项 15 分以上）

此时，患者的强迫症状已经非常严重，完全无法执行原有的角色功能，甚至连衣食住行等生活功能都无法进行。通常患者已经无法出门，将自己禁锢家中，无时无刻都有强迫思考，无时无刻都在执行强迫行为。重度严重的患者极易出现抑郁症状，通常需要强制治疗。