

2. แบบคัดกรอง/ประเมินโรคซึมเศร้า และความเสี่ยงฆ่าตัวตาย (2Q plus, 9Q และ 8Q)

โรงพยาบาล

HN * วันที่เข้ารับบริการ*

ผู้ประเมิน

หมายเหตุ: ข้อมูลทั่วไปของผู้รับบริการ ลงเฉพาะเท่าที่ระบุ

ข้อมูลรายละเอียดของผู้รับบริการอยู่ในส่วนข้อมูลของผู้รับบริการ

แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า (2Q plus)

ข้อแนะนำ ถามด้วยภาษาที่สอดคล้องกับท้องถิ่น หรือเหมาะสมกับผู้ถูกสัมภาษณ์ ควรถามให้ได้คำตอบที่ละเอียด ถ้าไม่เข้าใจให้ถามซ้ำไม่ควรอธิบายขยายความ เพิ่มเติม และให้ผู้ประเมินใส่เครื่องหมาย “√” ในช่องที่ตรงกับคำตอบของผู้รับบริการ

ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ ท่านมีอาการเหล่านี้หรือไม่* ตอบมีอย่างน้อย 1 ข้อ = เสี่ยงซึมเศร้า

1. ไม่มีความสุข เศร้า ทุกข์ใจ เศร้า ท้อแท้ ซึม หงอย ☐ มี ☐ ไม่มี
2. เบื่อ ไม่อยากพูด ไม่อยากทำอะไร หรือทำอะไรก็ไม่สนุกเพลิดเพลินเหมือนเดิม ☐ มี ☐ ไม่มี
3. ใน 1 เดือนที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ (ตอบมี = เสี่ยงฆ่าตัวตาย) ท่านมีความรู้สึกทุกข์ใจจนไม่อยากมีชีวิตอยู่หรือไม่ ☐ มี ☐ ไม่มี

ผลการประเมิน	การดูแล	
“ตอบไม่มี” ทุกคำถาม ถือว่า ปกติ ไม่เป็นโรคซึมเศร้าและไม่เสี่ยงฆ่าตัวตาย	จบการประเมิน	
ข้อ 1 และ ข้อ 2 คำตอบ “มี” ข้อใดข้อหนึ่งหรือทั้ง 2 ข้อ (มีอาการใด ๆ ในคำถามที่ 1 และ 2) หมายถึง เป็นผู้มีความเสี่ยง หรือมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้า	ส่งต่อเพื่อรับการประเมินเพิ่มเติม	ประเมินด้วยแบบประเมินโรคซึมเศร้า 9Q
คนไข้มีความเสี่ยงฆ่าตัวตายหรือไม่ <input type="radio"/> ไม่มี <input type="radio"/> มี ให้ระบุการดูแลที่ให้กับคนไข้รายนี้	ส่งต่อเพื่อรับการประเมินเพิ่มเติม	ประเมินด้วยแบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8Q

ประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q)

☐ ส่งต่อเพื่อรับการประเมินเพิ่มเติม

☐ ประเมินด้วยแบบประเมินโรคซึมเศร้า 9Q

แบบประเมินโรคซึมเศร้าด้วย 9 คำถาม (9Q)

ข้อแนะนำ ถามด้วยภาษาที่สอดคล้องกับท้องถิ่น หรือเหมาะสมกับผู้ถูกสัมภาษณ์ ควรถามให้ได้คำตอบที่ละเอียด ถ้าไม่เข้าใจให้ถามซ้ำ ไม่ควรอธิบายขยายความเพิ่มเติม พยายามให้ได้คำตอบทุกข้อ จากนั้นรวมคะแนนแล้วแปลผลตามตารางแปลผล พร้อมให้คำแนะนำในการปฏิบัติตัวหรือการดูแลรักษาในขั้นตอนต่อไป

หมายเหตุ เน้นการถามเพื่อค้นหาอาการที่มีในระยะ 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา

ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ท่านมีอาการเหล่านี้บ่อยแค่ไหน

1. เบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไร ☐ ไม่มีเลย (0) ☐ เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) ☐ เป็นบ่อย >7 วัน (2) ☐ เป็นทุกวัน (3)
2. ไม่สบายใจ ซึมเศร้า ท้อแท้ ☐ ไม่มีเลย (0) ☐ เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) ☐ เป็นบ่อย >7 วัน (2) ☐ เป็นทุกวัน (3)
3. หลับยาก หรือหลับๆ ตื่นๆ หรือหลับมากไป ☐ ไม่มีเลย (0) ☐ เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) ☐ เป็นบ่อย >7 วัน (2) ☐ เป็นทุกวัน (3)
4. เหนื่อยง่าย หรือ ไม่ค่อยมีแรง ☐ ไม่มีเลย (0) ☐ เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) ☐ เป็นบ่อย >7 วัน (2) ☐ เป็นทุกวัน (3)
5. เบื่ออาหาร หรือกินมากเกินไป ☐ ไม่มีเลย (0) ☐ เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) ☐ เป็นบ่อย >7 วัน (2) ☐ เป็นทุกวัน (3)
6. รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คิดว่าตัวเองล้มเหลวหรือทำให้ตนเองหรือครอบครัวผิดหวัง ☐ ไม่มีเลย (0) ☐ เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) ☐ เป็นบ่อย >7 วัน (2) ☐ เป็นทุกวัน (3)

ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาวันนี้ท่านมีอาการเหล่านี้บ่อยแค่ไหน (ต่อ)

7. สมาธิไม่ดีเวลาทำอะไร เช่นดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือ ☐ ไม่มีเลย (0) ☐ เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) ☐ เป็นบ่อย >7 วัน (2) ☐ เป็นทุกวัน (3)
ทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจ
8. พุดซา ทำอะไรช้าลงจนคนอื่นสังเกตเห็นได้หรือ ☐ ไม่มีเลย (0) ☐ เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) ☐ เป็นบ่อย >7 วัน (2) ☐ เป็นทุกวัน (3)
กระสับกระส่ายไม่สามารถอยู่นิ่ง ได้เหมือนที่เคยเป็น
9. คิดทำร้ายตนเอง หรือคิดว่าถ้าตายไปคงจะดี ☐ ไม่มีเลย (0) ☐ เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) ☐ เป็นบ่อย >7 วัน (2) ☐ เป็นทุกวัน (3)

รวมคะแนน

การแปลผล

คะแนน	ความหมาย
0-6	ไม่มีภาวะซึมเศร้า
7-12	มีภาวะซึมเศร้าระดับน้อย
13-18	มีภาวะซึมเศร้าระดับปานกลาง
≥ 19	มีภาวะซึมเศร้าระดับรุนแรง

คะแนน $9Q \geq 7$ ให้ประเมินการฆ่าตัวตายด้วย 8 คำถาม (8Q) ต่อ

คะแนน $9Q \geq 13$ ให้พิจารณาส่งพบจิตแพทย์เพื่อรับการตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติม

ประเมินการฆ่าตัวตาย (8Q) ☐ ส่งต่อเพื่อรับการประเมินเพิ่มเติม ☐ ประเมินด้วยแบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8Q

แบบประเมินการฆ่าตัวตาย (8Q)

- ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา คิดอยากตาย หรือคิดว่าตายไปจะดีกว่า ☐ ไม่มี (0) ☐ มี (1)
 - ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา อยากทำร้ายตัวเอง หรือทำให้ตัวเองบาดเจ็บ ☐ ไม่มี (0) ☐ มี (2)
 - ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา คิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย ☐ ไม่มี (0) ☐ มี (6)
- (ถ้าตอบว่าคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย ให้ถามต่อ)
- ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านสามารถควบคุมความอยากฆ่าตัวตายที่ท่านคิดอยู่นั้นได้หรือไม่ หรือบอกได้ไหม ☐ ได้ (0) ☐ ไม่ได้ (8)
- ว่าคงจะไม่ทำตามความคิดนั้นในขณะนี้
- ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา มีแผนการที่จะฆ่าตัวตาย ☐ ไม่มี (0) ☐ มี (8)
 - ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ได้เตรียมการที่จะทำร้ายตนเอง หรือเตรียมการจะฆ่าตัวตายโดยตั้งใจว่าจะให้ตายจริงๆ ☐ ไม่มี (0) ☐ มี (9)
 - ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ได้ทำให้ตนเองบาดเจ็บ แต่ไม่ตั้งใจที่จะทำให้เสียชีวิต ☐ ไม่มี (0) ☐ มี (4)
 - ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ได้พยายามฆ่าตัวตาย โดยคาดหวัง/ตั้งใจที่จะทำให้ตาย ☐ ไม่มี (0) ☐ มี (10)
 - ตลอดชีวิตที่ผ่านมา ท่านเคยพยายามฆ่าตัวตาย ☐ ไม่มี (0) ☐ มี (4)

รวมคะแนน

การแปลผล

คะแนน	ความหมาย
0	ไม่มีแนวโน้มจะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน
1-8	มีแนวโน้มจะฆ่าตัวตายในปัจจุบันในระดับน้อย
9-16	มีแนวโน้มจะฆ่าตัวตายในปัจจุบันในระดับปานกลาง
≥ 17	มีแนวโน้มจะฆ่าตัวตายในปัจจุบันในระดับรุนแรง ส่งต่อโรงพยาบาลที่มีจิตแพทย์ด่วน

กิจกรรม/การแก้ปัญหา และการวางแผนช่วยเหลือ

ระบุผลการประเมินและวันที่ให้บริการกิจกรรมตามตารางนี้

แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า (2Q plus)

ผลประเมิน	กิจกรรม	วันที่ให้บริการ (ว/ด/ป)
ข้อ 1 และ ข้อ 2 คำตอบ “ไม่มี” ทั้ง 2 ข้อ คำถาม ถือว่า ปกติ ไม่เป็น โรคซึมเศร้า	1.แจ้งผลและให้ความรู้เรื่องโรคซึมเศร้า 2. กรณีที่เป็นกลุ่มเสี่ยงแนะนำให้สำรวจ/ประเมินโรคซึมเศร้า 2Q ด้วยตนเอง อีกครั้ง ภายใน 1 สัปดาห์ หากผลมีแนวโน้มป่วยเป็นโรคซึมเศร้า ให้ไปพบ บุคลากรสาธารณสุขเพื่อประเมินโรคซึมเศร้าอีกครั้ง
ข้อ 1 และ ข้อ 2 คำตอบ “มี” ข้อใดข้อ หนึ่งหรือทั้ง 2 ข้อ (มีอาการใด ๆ ใน คำถามที่ 1 และ 2) หมายถึง เป็นผู้มีความ เสี่ยง หรือมีแนวโน้มที่จะเป็น โรคซึมเศร้า	1. แจ้งผลและให้ความรู้เรื่องโรคซึมเศร้า 2. ควรประเมินว่ามีปัญหาด้านสังคมจิตใจหรือไม่ ถ้ามี ควรให้การปรึกษา เพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าว 3. ประเมินต่อด้วยแบบประเมินอาการซึมเศร้า 9Q

แบบประเมินโรคซึมเศร้าด้วย 9 คำถาม (9Q)

คะแนน	แนวทางการจัดการดูแลรักษาตามระดับความรุนแรงของโรคซึมเศร้า	วันที่ให้บริการ (ว/ด/ป)
0-6	1. แจ้งผลและให้ความรู้เรื่องโรคซึมเศร้า
	2. ควรประเมินว่ามีปัญหาด้านสังคมจิตใจหรือไม่ ถ้ามีควรให้การปรึกษา (Counseling) เพื่อแก้ไขปัญหา ดังกล่าว
	3. แนะนำให้สำรวจ/ประเมินโรคซึมเศร้า 2Q ด้วยตนเองอีกครั้ง ภายใน 1 สัปดาห์ หากผลการประเมินพบว่า มีแนวโน้มป่วยเป็นโรคซึมเศร้า ให้ไปพบบุคลากรสาธารณสุขเพื่อ ประเมินโรคซึมเศร้า
7-12	1. ประเมินฆ่าตัวตายด้วย 8 คำถาม (8Q)
	2. แจ้งผลการประเมินโรคซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย และให้ความรู้เรื่องโรคซึมเศร้า
	3. ควรประเมินว่ามีปัญหาด้านสังคมจิตใจหรือไม่ ถ้ามีควรให้การปรึกษา (Counseling) เพื่อแก้ไขปัญหา ดังกล่าว
13-18	1. ประเมินฆ่าตัวตายด้วย 8 คำถาม (8Q)
	2. แจ้งผลการประเมินโรคซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย และให้ความรู้เรื่องโรคซึมเศร้า
	3. ควรประเมินว่ามีปัญหาด้านสังคมจิตใจหรือไม่ ถ้ามีควรให้การปรึกษา (Counseling) เพื่อแก้ไขปัญหา ดังกล่าว
	4. พิจารณาส่งพบจิตแพทย์เพื่อรับการตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติม

แบบประเมินโรคซึมเศร้าด้วย 9 คำถาม (9Q) (ต่อ)

คะแนน	แนวทางการจัดการดูแลรักษาตามระดับความรุนแรงของโรคซึมเศร้า	วันที่ให้บริการ (ว/ด/ป)
เท่ากับหรือ มากกว่า 19	1. ประเมินฆ่าตัวตายด้วย 8 คำถาม (8Q)
	2. แจ้งผลการประเมินโรคซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย และให้ความรู้เรื่องโรคซึมเศร้า
	3. ควรประเมินว่ามีปัญหาด้านสังคมจิตใจหรือไม่ ถ้ามีควรให้การปรึกษา (Counseling) เพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าว
	4. พิจารณาส่งพบจิตแพทย์เพื่อรับการตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติม
	5. กรณีที่มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายสูงตามแบบประเมินการฆ่าตัวตาย ให้ส่งต่อ โรงพยาบาลจิตเวช เพื่อ

แบบประเมินการฆ่าตัวตาย (8Q)

คะแนน	แนวทางการจัดการดูแลรักษา ตามระดับความรุนแรงของโรคซึมเศร้า	วันที่ให้บริการ (ว/ด/ป)
0	แจ้งผลและให้ความรู้เรื่องโรคซึมเศร้า
1-8	1. ควรปรึกษาหรือส่งต่อผู้ชำนาญด้านให้การปรึกษาหรือผู้ทำงานด้านสุขภาพจิต ที่ได้รับการฝึกอบรม เพื่อให้ การช่วยเหลือทางสังคมจิตใจ 2. ประเมินความเจ็บป่วยทางจิตใจ (ควรรัดติดตามเฝ้าระวัง) ถ้ามีโรคซึมเศร้าให้ดูแลตามแนวทางที่กำหนดไว้
9-16	1. ควรจัดให้มีผู้ดูแลอย่างใกล้ชิดและแนะนำญาติให้เข้าใจวิธีการช่วยเหลือเฝ้าระวังที่ถูกต้อง
	2. ประเมินโรคจิตเวช หากมีโรคซึมเศร้าให้ดูแลรักษาตามแนวทางที่กำหนดไว้
	3. ให้การช่วยเหลือทางสังคมจิตใจ ช่วยแก้ไขปัญหาทุกข์ใจที่เร่งด่วน
	4. ควรรัดติดตามเฝ้าระวังเพื่อให้การช่วยเหลือทางสังคมจิตใจอย่างต่อเนื่อง
เท่ากับหรือ มากกว่า 17	1. ควรรักษาในโรงพยาบาลและเฝ้าระวังอย่างใกล้ชิดตลอด 24 ชั่วโมงหรือพิจารณาส่งต่อโรงพยาบาลจิตเวช
	2. ให้การช่วยเหลือทางสังคมจิตใจ และช่วยแก้ไขปัญหาทุกข์ใจที่เร่งด่วน
	3. กรณีที่มีโรคซึมเศร้า ประเมินโรคซึมเศร้าด้วย 9Q ได้คะแนน มากกว่า หรือเท่ากับ 19 ให้ส่งต่อ โรงพยาบาล จิตเวชทันที

การวางแผนการช่วยเหลือครั้งถัดไป