

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

โรงพยาบาล .....

HN \* ..... วันที่เข้ารับบริการ\* .....

ผู้ประเมิน .....

หมายเหตุ: ข้อมูลทั่วไปของผู้รับบริการ ลงเฉพาะเท่าที่ระบุ

ข้อมูลรายละเอียดของผู้รับบริการอยู่ในส่วนข้อมูลของผู้รับบริการ

### แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า (2Q plus)

ข้อแนะนำ ตามด้วยภาษาที่สอดคล้องกับท้องถิ่น หรือเหมาะสมกับผู้ถูกสัมภาษณ์ ควรถามให้ได้คำตอบทีละข้อ ถ้าไม่เข้าใจให้ถามซ้ำไม่ควรอธิบายข่ายความเพิ่มเติม และให้ผู้ประเมินใส่เครื่องหมาย “√” ในช่องที่ตรงกับคำตอบของผู้รับบริการ

ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ ท่านมีอาการเหล่านี้หรือไม่\* ตอบมีอย่างน้อย 1 ข้อ = เสี่ยงซึมเศร้า

- |  |  |
|--|--|
| 1. ไม่ ไม่สบายใจ เชิง ทุกข์ใจ เศร้า ท้อแท้ ซึม หงอย  | <input type="radio"/> มี <input type="radio"/> ไม่มี |
| 2. เป็น ไม่อาย羞 ไม่อยากทำอะไร หรือทำอะไรก็ไม่สนุกเพลิดเพลินเหมือนเดิม  | <input type="radio"/> มี <input type="radio"/> ไม่มี |
| 3. ใน 1 เดือนที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ (ตอบมี = เสี่ยงม่าตัวตาย) ท่านมีความรู้สึกทุกข์ใจจนไม่อยากมีชีวิตอยู่หรือไม่ | <input type="radio"/> มี <input type="radio"/> ไม่มี |

ผลการประเมิน	การดูแล	
“ตอบไม่มี” ทุกคำถาม ถือว่า ปกติ ไม่เป็นโรคซึมเศร้าและไม่เสี่ยงม่าตัวตาย	จับการประเมิน	
ข้อ 1 และ ข้อ 2 คำตอบ “มี” ข้อใดข้อหนึ่งหรือทั้ง 2 ข้อ (มีอาการใด ๆ ในคำถามที่ 1 และ 2) หมายถึง เป็นผู้มีความเสี่ยง หรือมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้า	ส่งต่อเพื่อรับการประเมินเพิ่มเติม	ประเมินด้วยแบบประเมินโรคซึมเศร้า 9Q
คนไข้มีความเสี่ยงม่าตัวตายหรือไม่ <input type="radio"/> ไม่มี <input type="radio"/> มี ให้ระบุการคุ้ดแคระที่ให้กับคนไข้รายนี้	ส่งต่อเพื่อรับการประเมินเพิ่มเติม	ประเมินด้วยแบบประเมินการม่าตัวตาย 8Q

ประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q)

ส่งต่อเพื่อรับการประเมินเพิ่มเติม

ประเมินด้วยแบบประเมินโรคซึมเศร้า 9Q

### แบบประเมินโรคซึมเศร้าด้วย 9 คำถาม (9Q)

ข้อแนะนำ ตามด้วยภาษาที่สอดคล้องกับท้องถิ่น หรือเหมาะสมกับผู้ถูกสัมภาษณ์ ควรถามให้ได้คำตอบทีละข้อ ถ้าไม่เข้าใจให้ถามซ้ำ ไม่ควรอธิบายข่ายความเพิ่มเติม พยายามให้ได้คำตอบทุกข้อ จากนั้นรวมคะแนนแล้วแปลผลตามตารางแปลผล พร้อมให้คำแนะนำในการปฏิบัติตัวหรือการดูแลรักษาในขั้นตอนต่อไป

หมายเหตุ เน้นการถามเพื่อค้นหาอาการที่มีในระยะ 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา

ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ท่านมีอาการเหล่านี้บ่อยแค่ไหน

- |  |  |
|--|--|
| 1. เป็น ไม่นอนใจอยากทำอะไร                           | <input type="radio"/> ไม่มีเลย (0) <input type="radio"/> เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) <input type="radio"/> เป็นบ่อย >7 วัน (2) <input type="radio"/> เป็นทุกวัน (3) |
| 2. ไม่สบายใจ ซึมเศร้า ท้อแท้                         | <input type="radio"/> ไม่มีเลย (0) <input type="radio"/> เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) <input type="radio"/> เป็นบ่อย >7 วัน (2) <input type="radio"/> เป็นทุกวัน (3) |
| 3. หลับยาก หรือหลับฯ ตื้นๆ หรือหลับมากไป             | <input type="radio"/> ไม่มีเลย (0) <input type="radio"/> เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) <input type="radio"/> เป็นบ่อย >7 วัน (2) <input type="radio"/> เป็นทุกวัน (3) |
| 4. เหนื่อยง่าย หรือ ไม่ค่อยมีแรง                     | <input type="radio"/> ไม่มีเลย (0) <input type="radio"/> เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) <input type="radio"/> เป็นบ่อย >7 วัน (2) <input type="radio"/> เป็นทุกวัน (3) |
| 5. เป็นอาหาร หรือกินมากเกินไป                        | <input type="radio"/> ไม่มีเลย (0) <input type="radio"/> เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) <input type="radio"/> เป็นบ่อย >7 วัน (2) <input type="radio"/> เป็นทุกวัน (3) |
| 6. รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คิดว่าตัวเองล้มเหลวหรือทำให้ | <input type="radio"/> ไม่มีเลย (0) <input type="radio"/> เป็นบางวัน 1-7 วัน (1) <input type="radio"/> เป็นบ่อย >7 วัน (2) <input type="radio"/> เป็นทุกวัน (3) |
| ตนเองหรือครอบครัวผิดหวัง                             |  |

## ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาร่วมวันนี้ท่านมีอาการเหล่านี้บ่อยแค่ไหน (ต่อ)

7. สามารถทำงานได้ตามปกติ หรือต้องลดลง หรือต้องพักบ้าง หรือต้องพักมากกว่าปกติ  ไม่มีเลย (0)  เป็นบางวัน 1-7 วัน (1)  เป็นบ่อย >7 วัน (2)  เป็นทุกวัน (3)

ทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจ

8. พูดช้า ทำอะไรช้าลงจนคนอื่นสังเกตเห็นได้หรือ  ไม่มีเลย (0)  เป็นบางวัน 1-7 วัน (1)  เป็นบ่อย >7 วัน (2)  เป็นทุกวัน (3)

กระสับกระส่าย ไม่สามารถอยู่นิ่งได้เหมือนที่เคยเป็น

9. คิดทำร้ายตนเอง หรือคิดว่าถ้าตายไปคงจะดี  ไม่มีเลย (0)  เป็นบางวัน 1-7 วัน (1)  เป็นบ่อย >7 วัน (2)  เป็นทุกวัน (3)

รวมคะแนน .....  
การแปลงผล

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

คะแนน  $9Q \geq 7$  ให้ประเมินการฆ่าตัวตาย 8Q ต่อ

คะแนน  $9Q \geq 13$  ให้พิจารณาส่งพนักงานจิตแพทย์เพื่อรับการตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติม

ประเมินการฆ่าตัวตาย (8Q)

ส่งต่อเพื่อรับการประเมินเพิ่มเติม

ประเมินด้วยแบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8Q

## แบบประเมินการฆ่าตัวตาย (8Q)

1. ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา คิดอยากร้าย หรือคิดว่าตายไปจะดีกว่า

ไม่มี (0)  มี (1)

2. ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา อยากทำร้ายตัวเอง หรือทำให้ตัวเองบาดเจ็บ

ไม่มี (0)  มี (2)

3. ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา คิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย

ไม่มี (0)  มี (6)

(ถ้าตอบว่าคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายให้ถามต่อ)

ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านสามารถควบคุมความอยากฆ่าตัวตายที่ท่านคิดอยู่นั้นได้หรือไม่ หรือบอกได้ไหม  
ว่าคงจะไม่ทำตามความคิดนั้นในขณะนี้  ได้ (0)  ไม่ได้ (8)

4. ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา มีแผนการที่จะฆ่าตัวตาย

ไม่มี (0)  มี (8)

5. ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ได้เตรียมการที่จะทำร้ายตนเอง หรือเตรียมการจะฆ่าตัวตายโดยตั้งใจว่าจะให้ตายจริงๆ

ไม่มี (0)  มี (9)

6. ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ได้ทำให้ต้นเองบาดเจ็บ แต่ไม่ตั้งใจที่จะทำให้เสียชีวิต

ไม่มี (0)  มี (4)

7. ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ได้พยายามฆ่าตัวตาย โดยคาดหวัง/ตั้งใจที่จะให้ตาย

ไม่มี (0)  มี (10)

8. ตลอดชีวิตที่ผ่านมา ท่านเคยพยายามฆ่าตัวตาย

ไม่มี (0)  มี (4)

รวมคะแนน .....

## การแปลงผล

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

## กิจกรรม/การแก้ปัญหา และการวางแผนช่วยเหลือ

ระบุผลการประเมินและวันที่ให้บริการกิจกรรมตามตารางนี้

### แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า (2Q plus)

ผลประเมิน	กิจกรรม	วันที่ให้บริการ (วว/ดด/ปป)
ข้อ 1 และ ข้อ 2 คำตอบ “ไม่” ทั้ง 2 ข้อ คำถาม ถือว่า ปกติ ไม่เป็นโรคซึมเศร้า	1. แจ้งผลและให้ความรู้เรื่อง โรคซึมเศร้า 2. กรณีที่เป็นกลุ่มเสี่ยงแนะนำให้สำรวจ/ประเมินโรคซึมเศร้า 2Q ด้วยตนเอง อีกครั้ง กายใน 1 สัปดาห์ หากผลมีแนวโน้มป่วยเป็น โรคซึมเศร้า ให้ไปพบ บุคลากรสาธารณสุขเพื่อประเมิน โรคซึมเศร้าอีกครั้ง	.....
ข้อ 1 และ ข้อ 2 คำตอบ “มี” ข้อใดข้อหนึ่งหรือทั้ง 2 ข้อ (เมื่อการได้ฯ ใน คำถามที่ 1 และ 2) หมายถึง เป็นผู้มีความเสี่ยง หรือมีแนวโน้มที่จะเป็น โรคซึมเศร้า	1. แจ้งผลและให้ความรู้เรื่อง โรคซึมเศร้า 2. ควรประเมินว่า มีปัญหาด้านสังคมจิตใจหรือไม่ ถ้ามี ควรให้การปรึกษา เพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าว 3. ประเมินต่อด้วยแบบประเมินอาการซึมเศร้า 9Q	.....

### แบบประเมินโรคซึมเศร้าด้วย 9 คำถาม (9Q)

คะแนน	แนวทางการจัดการดูแลรักษาตามระดับความรุนแรงของโรคซึมเศร้า	วันที่ให้บริการ (วว/ดด/ปป)
0-6	1. แจ้งผลและให้ความรู้เรื่อง โรคซึมเศร้า  2. ควรประเมินว่า มีปัญหาด้านสังคมจิตใจหรือไม่ ถ้ามี ควรให้การปรึกษา (Counseling) เพื่อแก้ไขปัญหา ดังกล่าว  3. แนะนำให้สำรวจ/ประเมินโรคซึมเศร้า 2Q ด้วยตนเอง อีกครั้ง กายใน 1 สัปดาห์ หาก ผลการประเมินพบว่า มีแนวโน้มป่วยเป็น โรคซึมเศร้า ให้ไปพบ บุคลากรสาธารณสุขเพื่อ ประเมิน โรคซึมเศร้า	..... ..... .....
7-12	1. ประเมินผ่านตัวตายด้วย 8 คำถาม (8Q)  2. แจ้งผลการประเมิน โรคซึมเศร้า และการผ่านตัวตาย และให้ความรู้เรื่อง โรคซึมเศร้า  3. ควรประเมินว่า มีปัญหาด้านสังคมจิตใจหรือไม่ ถ้ามี ควรให้การปรึกษา (Counseling) เพื่อแก้ไขปัญหา ดังกล่าว	..... ..... .....
13-18	1. ประเมินผ่านตัวตายด้วย 8 คำถาม (8Q)  2. แจ้งผลการประเมิน โรคซึมเศร้า และการผ่านตัวตาย และให้ความรู้เรื่อง โรคซึมเศร้า  3. ควรประเมินว่า มีปัญหาด้านสังคมจิตใจหรือไม่ ถ้ามี ควรให้การปรึกษา (Counseling) เพื่อแก้ไขปัญหา ดังกล่าว  4. พิจารณาส่งพนักงานชุดเดียวกันเพื่อรับการตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติม	..... ..... ..... .....

**แบบประเมินโรคซึมเศร้าด้วย 9 คำถาม (9Q) (ต่อ)**

คะแนน	แนวทางการจัดการคุณและรักษาตามระดับความรุนแรงของโรคซึมเศร้า	วันที่ให้บริการ (วว/คด/ปป)
เท่ากับหรือมากกว่า 19	1. ประเมินผ่าตัวตายด้วย 8 คำถาม (8Q) 2. แจ้งผลการประเมินโรคซึมเศร้าและการผ่าตัวตาย และให้ความรู้เรื่องโรคซึมเศร้า 3. ควรประเมินว่ามีปัญหาด้านสังคมจิตใจหรือไม่ ถ้ามีควรให้การปรึกษา (Counseling) เพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าว 4. พิจารณาส่งพับจิตแพทย์เพื่อรับการตรวจวินิจฉัยเพิ่มเติม 5. กรณีที่มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายสูงตามแบบประเมินการฆ่าตัวตาย ให้ส่งต่อ โรงพยาบาลจิตเวช เพื่อ	..... ..... ..... ..... .....

**แบบประเมินการฆ่าตัวตาย (8Q)**

คะแนน	แนวทางการจัดการคุณและรักษา ตามระดับความรุนแรงของโรคซึมเศร้า	วันที่ให้บริการ (วว/คด/ปป)
0	แจ้งผลและให้ความรู้เรื่องโรคซึมเศร้า	.....
1-8	1. ควรปรึกษาหรือส่งต่อศูนย์ชานาญด้านให้การปรึกษาหรือผู้ทำงานด้านสุขภาพจิต ที่ได้รับการฝึกอบรม เพื่อให้การช่วยเหลือทางสังคมจิตใจ 2. ประเมินความเจ็บป่วยทางจิตใจ (ควรนัดติดตามเฝ้าระวัง) ถ้ามีโรคซึมเศร้าให้ดูแลตามแนวทางที่กำหนดไว้	..... .....
9-16	1. ควรจัดให้มีผู้ดูแลอย่างใกล้ชิดและแนะนำญาติให้เข้าใจวิธีการช่วยเหลือเฝ้าระวังที่ถูกต้อง 2. ประเมิน โรคจิตเวช หากมีโรคซึมเศร้าให้ดูแลรักษาตามแนวทางที่กำหนดไว้ 3. ให้การช่วยเหลือทางสังคมจิตใจ ช่วยแก้ไขปัญหาทุกข์ใจที่เร่งด่วน 4. ควรนัดติดตามเฝ้าระวังเพื่อให้การช่วยเหลือทางสังคมจิตใจอย่างต่อเนื่อง	..... ..... ..... .....
เท่ากับหรือมากกว่า 17	1. ควรรักษาในโรงพยาบาลและเฝ้าระวังอย่างใกล้ชิดตลอด 24 ชั่วโมงหรือพิจารณาส่งต่อโรงพยาบาลจิตเวช 2. ให้การช่วยเหลือทางสังคมจิตใจ และช่วยแก้ไขปัญหาทุกข์ใจที่เร่งด่วน 3. กรณีที่มีโรคซึมเศร้า ประเมินโรคซึมเศร้าด้วย 9Q ได้คะแนนมากกว่า หรือเท่ากับ 19 ให้ส่งต่อ โรงพยาบาลจิตเวชทันที	..... ..... .....

การวางแผนการช่วยเหลือครั้งถัดไป

เอกสารอ้างอิง แนวทางการจัดการคุณและเฝ้าระวัง โรคซึมเศร้าระดับจังหวัด ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 4 ปี 2560 กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข