

한국어판 우울증 선별도구

PHQ-9 (Patient Health Questionnaire-9)

지난 2주 동안 다음과 같은 문제를 얼마나 자주 겪었는지 해당되는 곳에 'V' 로 표시해주세요.

	문 항	전혀 없음	며칠 동안	1주 이상	거의 매일
1	매사에 흥미나 즐거움이 거의 없다.				
2	기분이 가라앉거나 우울하거나 희망 없다고 느낀다.				
3	잠들기가 어렵거나 자주 깬다. 혹은 잠을 너무 많이 잔다.				
4	피곤하다고 느끼거나 기운이 거의 없다.				
5	식욕이 줄었다. 혹은 너무 많이 먹는다.				
6	내 자신이 실패자로 여겨지거나 자신과 가족을 실망시켰다고 느낀다.				
7	신문을 읽거나 TV를 보는 것과 같은 일상적인 일에 집중하기 어렵다.				
8	다른 사람들이 눈치 챌 정도로 평소보다 말과 행동이 느리다. 혹은 너무 안절부절 못해서 가만히 앉아 있을 수 없다.				
9	차라리 죽는 것이 낫겠다고 생각하거나 어떻게든 자해를 하려고 생각한다.				

만약 위의 문제 중 한 개라도 해당되는 게 있다면 그것으로 인하여 일상생활(직장, 일, 집안일, 대인관계)에 어느정도 어려움을 느끼니까?

- ☐ 전혀 어렵지 않다.
- ☐ 다소 어렵다.
- ☐ 많이 어렵다.
- ☐ 매우 많이 어렵다.