# 한국어판 우울증 선별도구

PHQ-9 (Patient Health Questionnaire-9)

지난 2주 동안 다음과 같은 문제를 얼마나 자주 겼었는지 해당되는 곳에 ‘V’ 로 표시해주세요.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **문 항** | **전혀없음** | **며칠동안** | **1주이상** | **거의매일** |
| 1 | 매사에 흥미나 즐거움이 거의 없다. |  |  |  |  |
| 2 | 기분이 가라앉거나 우울하거나 힁마잉 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 살마들이 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 느낍니까?

* 전혀 어렵지 않다.
* 다소 어렵다.
* 많이 어렵다.
* 매우 많이 어렵다.