

แบบทดสอบด้านสุขภาพจิต เพื่อประเมินอาการเบื้องต้น ก่อนนัดหมาย
ปรึกษาจิตแพทย์แบบ VDO CALL

ชื่อ นามสกุล.....วัน เดือน ปีเกิด.....

แบบประเมินโรคซึมเศร้าออนไลน์ (9Q)

คำชี้แจง: ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมารวมทั้งวันนี้ คุณมีอาการเหล่านี้บ่อยแค่ไหน

แบบประเมินโรคซึมเศร้าออนไลน์ (9Q)		ไม่มีเลย	เป็นบางวัน 1-7 วัน	เป็นบ่อย > 7 วัน	เป็นทุกวัน
1	เบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไร				
2	ไม่สบายใจ ซึมเศร้า ห่อเหี่ยว				
3	หลับยาก หรือหลับๆ ตื่นๆ หรือ หลับมากเกินไป				
4	เหนื่อยง่ายหรือไม่ค่อยมีแรง				
5	เบื่ออาหารหรือกินมากเกินไป				
6	รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คิดว่าตัวเองล้มเหลวหรือครอบครัวยึดหวัง				
7	สมาธิไม่ดี เวลาทำอะไร เช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจ				
8	พูดซ้ำ ทำอะไรซ้ำลงจนคนอื่นสังเกตเห็นได้หรือกระสับกระส่ายไม่สามารถ อยู่นิ่งได้เหมือนที่เคยเป็น				
9	คิดทำร้ายตนเอง หรือคิดว่าถ้าตายไปคงจะดี				