医院焦虑抑郁情绪测量表 （HADS量表）

姓名： 性别： 年龄： 职业： 时间：

情绪在大多数疾病中起着重要作用，如果医生了解您的情绪变化，他们就能给您更多的帮助，请您阅读以下各个项目，在其中最符合你过去一个月的情绪评分上画一个圈。对这些问题的回答不要做过多的考虑，立即做出的回答往往更符合实际情况。

1. 我感到紧张（或痛苦）（A）：

根本没有——0分

有时候——1分

大多时候——2分

几乎所有时候——3分

1. 我对以往感兴趣的事情还是有兴趣（D）：

肯定一样——0分

不像以前那样多——1分

只有一点——2分

基本上没有了——3分

1. 我感到有点害怕好像预感到什么可怕的事情要发生（A）：

根本没有——0分

有一点，但并不使我苦恼——1分

是有，不太严重——2分

非常肯定和十分严重——3分

1. 我能够哈哈大笑，并看到事物好的一面（D）：

我经常这样——0分

现在已经不太这样了——1分

现在肯定是不太多了——2分

根本没有——3分

1. 我的心中充满烦恼（A）：

偶然如此——0分

时时，但并不轻松——1分

时常如此——2分

大多数时间——3分

1. 我感到愉快（D）：

大多数时间——0分

有时——1分

并不经常 ——2分

根本没有——3分

1. 我能够安闲而轻松地坐着（A）：

肯定——0分

经常——1分

并不经常——2分

根本没有——3分

1. 我对自己的仪容失去兴趣（D）：

我仍然像以往一样关心——0分

我可能不是非常关心——1分

并不像我应该做的那样关心我——2分

肯定——3分

1. 我有点坐立不安，好像感到非要活动不可（A）：

根本没有——0分

并不很少——1分

是不少——2分

却是非常多——3分

1. 我对一切都是乐观地向前看（D）：

差不多是这样做——0分

并不完全是这样做的——1分

很少这样做——2分

几乎从不这样做——3分

1. 我突然发现有恐慌感（A）：

根本没有——0分

并非经常——1分

非常肯定，十分严重 ——2分

确实很经常——3分

1. 我好像感到情绪在渐渐低落（D）：

根本没有——0分

有时——1分

很经常——2分

几乎所有时间——3分

1. 我感到有点害怕，好像某个内脏器官变化了（A）：

根本没有——0分

有时——1

很经常 ——2分

非常经常——3分

1. 我能欣赏一本好书或意向好的广播或电视节目（D）：

常常如此——0分

有时——1分

并非经常——2分

很少——3分

评分标准：

本表包括焦虑和抑郁2个亚量表，分别针对焦虑（A）和抑郁（D）问题各7题。 焦虑和抑郁亚量表的分值区分为： 0—7分属无症状；8—10分属可疑存在；11—21分属肯定存在；在评分时，以8分为起点，即包括可疑及有症状者均为阳性。