

แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า

เครื่องมือคัดกรองโรคซึมเศร้าที่มีใช้ในประเทศไทย

เป็นแบบสอบถามฉบับภาษาไทย ที่พิจารณาตามเกณฑ์การวินิจฉัยโรคและเป็นที่ยอมรับ สามารถใช้ได้
ในระยะเวลาที่จำกัด

- ▲ The Nine Patient Health Questionnaire Screening (PHQ-9)
- ▲ 2Q, 9Q, 8Q
- ▲ Depression Subscale of hospital Anxiety and Depression Scale (HADS-D)
- ▲ Health-Related Self-Reported (HRSR-scale)
- ▲ Khon Kaen University Depression Inventory (KKU-DI)
- ▲ Beck Depression Inventory

แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยเด็ก-วัยรุ่น

- ▲ The Center for Epidemiology Studies Depression Scale (CES-D)
- ▲ Children's Depression Inventory (CDI)

เครื่องมือคัดกรองโรคซึมเศร้าที่มีใช้ในประเทศไทย

(วัยผู้ใหญ่ ตั้งแต่อายุ 18 ปีขึ้นไป)

แบบทดสอบ	กรอบเวลาในการประเมิน	จำนวนข้อ	หมายเหตุ
The Nine-item Patient Health Questionnaire Screening	2 สัปดาห์	9 ข้อคำถาม	สอบถามอาการต่างๆ ตามเกณฑ์วินิจฉัยโรค 9 ข้อ (DSM-IV-TR) เพื่อประเมินระดับความรุนแรง และการส่งผลกระทบต่อการทำงาน การดูแลสิ่งต่างๆในบ้านหรือการเข้ากับผู้คน
แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า 2Q9Q8Q 2Q	2 สัปดาห์	2 ข้อคำถาม (มี ≥ 1 ข้อขึ้นไป ถือว่า “เป็นผู้มีความเสี่ยง”)	รูปแบบคำตอบ “มี หรือ ไม่มีอาการ” เพื่อใช้ในการคัดกรองเบื้องต้น สามารถประเมิน 9Q ได้เลยอีก 7 ข้อที่เหลือ ในข้อ 1, 2 (คะแนนรวม 0-6 คะแนน)
9Q	2 สัปดาห์	9 ข้อคำถาม (มี ≥ 7 ข้อขึ้นไป ให้ประเมินแนวโน้มฆ่าตัวตายด้วย 8Q)	ประเมินระดับความรุนแรงของโรคซึมเศร้าที่เป็นอยู่ ตั้งแต่ “มีความผิดปกติ แต่ไม่มีภาวะซึมเศร้า – มีอาการซึมเศร้าในระดับรุนแรง”
8Q	1 เดือน	8 ข้อคำถาม (มี ≥ 17 ข้อขึ้นไป ให้ส่งต่อโรงพยาบาลที่มีจิตแพทย์ด่วน)	ระดับความรุนแรง 3 ระดับ
Depression Subscale of hospital Anxiety and Depression Scale (HADS-D)	ในขณะนี้	14 ข้อคำถาม	แบ่งเป็นคำถามสำหรับวัดอาการวิตกกังวล 7 ข้อ ซึ่งเป็นข้อที่เป็นเลขคี่ทั้งหมด และสำหรับอาการวัดซึมเศร้าอีก 7 ข้อ ซึ่งเป็นข้อที่เป็นเลขคู่ทั้งหมด
Khon Kaen University Depression Inventory (KKU-DI)	2 สัปดาห์	14 ข้อคำถาม	เป็นแบบประเมินที่ใช้ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
Beck Depression Inventory	ในขณะนี้	21 ข้อคำถาม	ระดับความรุนแรงของอาการในแต่ละข้อไม่เท่ากัน มีตั้งแต่ 4-6 ระดับ
Health-Related Self-Reported (HRSR-scale)	ในขณะนี้	20 ข้อคำถาม	ความบ่อยของการเกิดอาการ 4 ระดับ โดยบุคลากรทางสุขภาพเป็นผู้ประเมิน

เครื่องมือคัดกรองโรคซึมเศร้าที่มีใช้ในประเทศไทยในวัยเด็ก-วัยรุ่น

แบบทดสอบ	กรอบเวลาในการประเมิน	จำนวนข้อ	หมายเหตุ
The Center for Epidemiology Studies Depression Scale (CES-D)	1 สัปดาห์	20 ข้อ	ความบ่อยของการเกิดอาการ 4 ระดับ ผู้ถูกประเมินเป็นผู้ประเมินตนเอง
Children's Depression Inventory (CDI)	2 สัปดาห์	27 ข้อ	ระดับความรุนแรงของอาการ 3 ระดับ บุคลากรทางสุขภาพเป็นผู้ประเมิน

แบบประเมินโรคซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q)

คำถาม	มี	ไม่มี
1. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ ท่านรู้สึก หดหู่ เศร้า หรือท้อแท้สิ้นหวัง หรือไม่		
2. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ ท่านรู้สึกเบื่อ ทำอะไรไม่เพลิดเพลิน หรือไม่		

การแปลผล

- ถ้าคำตอบ **ไม่มี** ทั้ง 2 คำถาม ถือว่า ปกติ ไม่เป็นโรคซึมเศร้า
- ถ้าคำตอบ **มี** ข้อใดข้อหนึ่งหรือทั้ง 2 ข้อ (มีอาการใดๆ ในคำถามที่ 1 และ 2) หมายถึง “เป็นผู้มีความเสี่ยง” หรือ “มีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้า” ให้ประเมินต่อยด้วยแบบประเมิน โรคซึมเศร้า 9Q

แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q)

ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้ ท่านมีอาการเหล่านี้ บ่อยแค่ไหน	ไม่มี เลย	เป็นบางวัน 1-7 วัน	เป็นบ่อย >7 วัน	เป็นทุก วัน
1. เบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไร	0	1	2	3
2. ไม่สบายใจ ซึมเศร้า ท้อแท้	0	1	2	3
3. หลับยาก หรือหลับๆตื่นๆ หรือหลับมากไป	0	1	2	3
4. เหนื่อยง่าย หรือไม่ค่อยมีแรง	0	1	2	3
5. เบื่ออาหารหรือกินมากเกินไป	0	1	2	3
6. รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คิดว่าตัวเองล้มเหลวหรือเป็นคนทำให้ตัวเองหรือครอบครัวผิดหวัง	0	1	2	3
7. สมาธิไม่ดี เวลาทำอะไร เช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจ	0	1	2	3
8. พุดซ้ำ ทำอะไรซ้ำลง จนคนอื่นสังเกตเห็นได้ หรือกระสับกระส่ายไม่สามารถอยู่นิ่งได้เหมือนที่เคยเป็น	0	1	2	3
9. คิดทำร้ายตนเองหรือคิดว่าถ้าตายๆไปเสียคงจะดี	0	1	2	3
คะแนนรวมทั้งหมด				

คะแนนรวม	การแปลผล
<7	ไม่มีอาการของโรคซึมเศร้าหรือมีอาการของโรคซึมเศร้าระดับน้อยมาก
7 - 12	มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับน้อย
13 - 18	มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับปานกลาง
≥ 19	มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับรุนแรง

คะแนน 9Q ≥ 7 ให้ประเมินแนวโน้มการฆ่าตัวตาย ด้วย 8Q

แบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q)

ลำดับ คำถาม	ระยะเวลา	คำถาม	ไม่มี	มี
1.		คิดอยากฆ่าตัวตาย หรือคิดว่าตายไปจะดีกว่า	0	1
2.		อยากทำร้ายตัวเอง หรือทำให้ตัวเองบาดเจ็บ	0	2
3.	ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา รวมถึงวันนี้	คิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย	0	6
		(ถ้าตอบว่าคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายให้ถามต่อ) ... ท่านสามารถควบคุมความอยากฆ่าตัว ตายที่ท่านคิดอยู่นั้นได้หรือไม่ หรือบอกได้ไหมว่าคงจะไม่ทำตามความคิดนั้นในขณะนี้	ได้ 0	ไม่ได้ 8
4.		มีแผนการที่จะฆ่าตัวตาย	0	8
5.		ได้เตรียมการที่จะทำร้ายตนเองหรือเตรียมการจะฆ่าตัวตายโดยตั้งใจว่าจะให้ตายจริงๆ	0	9
6.		ได้ทำให้ตนเองบาดเจ็บแต่ไม่ตั้งใจที่จะทำให้เสียชีวิต	0	4
7.		ได้พยายามฆ่าตัวตายโดยคาดหวัง/ตั้งใจที่จะให้ตาย	0	10
8.	ตลอดชีวิตที่ ผ่านมา	ท่านเคยพยายามฆ่าตัวตาย	0	4
คะแนนรวมทั้งหมด				

คะแนนรวม	การแปลผล
0	ไม่มีแนวโน้มฆ่าตัวตายในปัจจุบัน
1-8	มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ระดับน้อย
9-16	มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ระดับกลาง
≥ 17	มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ระดับรุนแรง

ถ้าคะแนน 8Q ≥ 17 ส่งต่อโรงพยาบาลมีจิตแพทย์ด่วน

การให้คะแนนและการแปลผล แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในเด็ก
Children's Depression Inventory (CDI) ฉบับภาษาไทย

การให้คะแนน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้

กลุ่มที่ 1 ได้แก่ข้อ

1	3	4	6	9	12	14	17	19	20	22	23	26	27
---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----

แต่ละข้อให้คะแนน ดังนี้

- ก. ให้ 0 คะแนน
- ข. ให้ 1 คะแนน
- ค. ให้ 2 คะแนน

กลุ่มที่ 2 ได้แก่ข้อ

2	5	7	8	10	11	13	15	16	18	21	24	25
---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----

แต่ละข้อให้คะแนน ดังนี้

- ก. ให้ 2 คะแนน
- ข. ให้ 1 คะแนน
- ค. ให้ 0 คะแนน

ทั้งนี้แต่ละข้อคำถามจะให้คะแนนตามความรุนแรงของอาการ ในแต่ละข้อ ดังนี้

- คะแนน 0 หมายถึง ไม่มีอาการเศร้าเลย
- คะแนน 1 หมายถึง มีอาการบ่อย
- คะแนน 2 หมายถึง มีอาการตลอดเวลา

การแปลผล

เมื่อรวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่ปกติ แล้วพบว่า คะแนนรวมสูงกว่า 15 ขึ้นไป
จากการคัดกรองถือว่า มีภาวะซึมเศร้าที่มีนัยสำคัญทางคลินิก

แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น
Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale (CES-D) ฉบับภาษาไทย

ศาสตราจารย์ แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ
 ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ผู้พัฒนา

ชื่อ.....นามสกุล.....HN.....NO.....

ท่านมีความรู้สึกดังต่อไปนี้บ่อยเพียงใดใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา กรุณา ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด

ในระยะ 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา	ไม่เลย (< 1 วัน)	นาน ๆ ครั้ง (1-2 วัน)	บ่อย ๆ (3-4 วัน)	ตลอดเวลา (5-7 วัน)
1. ฉันรู้สึกหงุดหงิดง่าย				
2. ฉันรู้สึกเบื่ออาหาร				
3. ฉันไม่สามารถจัดความเศร้าออกจากใจได้ แม้จะมีคนคอยช่วยเหลือก็ตาม				
4. ฉันรู้สึกว่าตนเองดีพอ ๆ กับคนอื่น				
5. ฉันไม่มีสมาธิ				
6. ฉันรู้สึกหดหู่				
7. ทุก ๆ สิ่งทีฉันกระทำจะต้องฝืนใจ				
8. ฉันมีความหวังเกี่ยวกับอนาคต				
9. ฉันรู้สึกว่าชีวิตมีแต่สิ่งลึ้มเหลว				
10. ฉันรู้สึกหวาดกลัว				
11. ฉันนอนไม่เคยหลับ				
12. ฉันมีความสุข				
13. ฉันไม่ค่อยอยากคุยกับใคร				
14. ฉันรู้สึกเหงา				
15. ผู้คนทั่วไปไม่ค่อยเป็นมิตรกับฉัน				
16. ฉันรู้สึกว่าชีวิตนี้สนุกสนาน				
17. ฉันร้องไห้				
18. ฉันรู้สึกเศร้า				
19. ผู้คนรอบข้างไม่ชอบฉัน				
20. ฉันรู้สึกท้อถอยในชีวิต				
	รวมคะแนน			

การให้คะแนนและการแปลผล แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น (CES-D) ฉบับภาษาไทย

การให้คะแนนจะให้ตามความรุนแรง หรือความถี่ของอาการซึมเศร้า มี 4 ระดับ คือ

ไม่เลย	(< 1 วัน)	ให้	0	คะแนน
นาน ๆ ครั้ง	(1-2 วัน)	ให้	1	คะแนน
บ่อย ๆ	(3-4 วัน)	ให้	2	คะแนน
ตลอดเวลา	(5-7 วัน)	ให้	3	คะแนน

การแปลผล

เมื่อรวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่ปกติ ดังนี้

คะแนนรวมสูงกว่า 22 ถือว่าอยู่ในข่ายภาวะซึมเศร้า สมควรได้รับการตรวจวินิจฉัย เพื่อช่วยเหลือต่อไป

แบบสอบถาม Hospital Anxiety and Depression Scale ฉบับภาษาไทย (Thai HADS)

แบบสอบถามชุดนี้มีจุดมุ่งหมายที่จะช่วยให้ผู้ดูแลรักษาท่าน เข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของท่านในขณะที่เจ็บป่วยได้ดีขึ้น กรุณาอ่านข้อความแต่ละข้อ และทำเครื่องหมายถูก ในช่องคำตอบที่ใกล้เคียงกับความรู้สึกของท่าน ในช่วง 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา มากที่สุด และกรุณาตอบทุกข้อ

	คะแนน		คะแนน
1. ฉันรู้สึกตึงเครียด		4. ฉันสามารถหัวเราะและมีอารมณ์ขันในเรื่องต่างๆได้	
() เป็นส่วนใหญ่	3	() เหมือนเดิม	0
() บ่อยครั้ง	2	() ไม่มากนัก	1
() เป็นบางครั้ง	1	() มีน้อย	2
() ไม่เป็นเลย	0	() ไม่มีเลย	3
2. ฉันรู้สึกเฟลิดเพลินใจกับสิ่งต่างๆ ที่ฉันเคยชอบได้		5. ฉันมีความคิดวิตกกังวล	
() เหมือนเดิม	0	() เป็นส่วนใหญ่	3
() ไม่มากเท่าแต่ก่อน	1	() บ่อยครั้ง	2
() มีเพียงเล็กน้อย	2	() เป็นบางครั้ง แต่ไม่บ่อย	1
() เกือบไม่มีเลย	3	() นานๆครั้ง	0
3. ฉันมีความรู้สึกกลัว คล้ายกับว่ากำลังจะมีเรื่องไม่ดีเกิดขึ้น		6. ฉันรู้สึกแจ่มใสเบิกบาน	
() มี และค่อนข้างรุนแรงด้วย	3	() ไม่มีเลย	3
() มี แต่ไม่มากนัก	2	() ไม่บ่อยนัก	2
() มีเพียงเล็กน้อย และไม่ทำให้กังวลใจ	1	() เป็นบางครั้ง	1
() ไม่มีเลย	0	() เป็นส่วนใหญ่	0

7. ฉันสามารถทำตามสบาย และรู้สึกผ่อนคลาย		11. ฉันรู้สึกกระสับกระส่าย เหมือนกับจะอยู่นิ่งๆ ไม่ได้	
() ได้ดีมาก	0	() เป็นมากที่สุดเลย	3
() ได้โดยทั่วไป	1	() ค่อนข้างมาก	2
() ไม่บ่อยนัก	2	() ไม่มากนัก	1
() ไม่ได้เลย	3	() ไม่เป็นเลย	0
8. ฉันรู้สึกว่าตัวเองคิดอะไร ทำอะไร เชื่องช้าลงกว่าเดิม		12. ฉันมองสิ่งต่างๆ ในอนาคต ด้วยความเบิกบานใจ	
() เกือบตลอดเวลา	3	() มากเท่าที่เคยเป็น	0
() บ่อยมาก	2	() ค่อนข้างน้อยกว่าที่เคยเป็น	1
() เป็นบางครั้ง	1	() น้อยกว่าที่เคยเป็น	2
() ไม่เป็นเลย	0	() เกือบจะไม่มีเลย	3
9. ฉันรู้สึกไม่สบายใจ จนทำให้ปั่นป่วนในท้อง		13. ฉันรู้สึกผวาหรือตกใจขึ้นมาอย่างกะทันหัน	
() ไม่เป็นเลย	0	() บ่อยมาก	3
() เป็นบางครั้ง	1	() ค่อนข้างบ่อย	2
() ค่อนข้างบ่อย	2	() ไม่บ่อยนัก	1
() บ่อยมาก	3	() ไม่มีเลย	0
10. ฉันปล่อยเนื้อปล่อยตัว ไม่สนใจตนเอง		14. ฉันรู้สึกเพลิดเพลินไปกับการอ่านหนังสือ ฟังวิทยุ หรือดูโทรทัศน์ หรือกิจกรรมอื่นๆ ที่เคยเพลิดเพลินได้	
() ใช่	3	() เป็นส่วนใหญ่	0
() ไม่ค่อยใส่ใจเท่าที่ควร	2	() เป็นบางครั้ง	1
() ใส่ใจน้อยกว่าแต่ก่อน	1	() ไม่บ่อยนัก	2
() ยังใส่ใจตนเองเหมือนเดิม	0	() น้อยมาก	3

การคิดคะแนน

อาการวิตกกังวล คิดคะแนนข้อคี่ทั้งหมด (1, 3, 5, 7, 9, 11, 13) รวมกัน

อาการซึมเศร้า คิดคะแนนข้อคู่ทั้งหมด (2, 4, 6, 8, 10, 12, 14) รวมกัน

ผู้ป่วยที่มีคะแนนรวมของกลุ่มอาการใดเกินกว่า 11 แสดงว่าอาจมีความผิดปกติทางจิตเวชในกลุ่มอาการนั้น

