

## MADRS – Montgomery Asberg Depression Rating Scale

(מילוי במהלך האינטייק ע"י המטפל)

### פריט 1: עצב נראה

מייצג את ראיית **המטפל** ואת מצב המטופל, מתייחס לדכדוך, עצב וייאוש (יותר מאשר מצב רוח ירוד חולף) כפי שמשתקף בדיבור, בהבעת פנים ובתנוחה. (יש להעריך לפי העומק ולפי חוסר היכולת להתעודד).

0. אין עצב
- 1.
2. נראה מיואש, אך מתעודד בקלות
- 3.
4. נראה עצוב ומדוכך רוב הזמן
- 5.
6. נראה אומלל כל הזמן, מאוד מדוכך.

### פריט 2: עצב מדווח

מייצג דיווחים על מצב רוח מדוכא, בלי קשר למידה בה משתקף באופן חיצוני גלוי. כולל מצב רוח ירוד, דיכאון, תחושה שאי אפשר לעזור לו או חוסר תקווה. (דרג בהתאם לעוצמה, משך והמידה שבה מצב הרוח המדווח מושפע מהנסיבות).

0. עצוב מידי פעם, בהתאם לנסיבות
- 1.
2. עצוב או בעל מצב רוח ירוד, אך מתעודד בקלות
- 3.
4. תחושות עיקשות של עצב או דכדוך. מצב הרוח עדיין מושפע מנסיבות חיצוניות.
- 5.
6. עצב, אומללות או דיכאון מתמשכים וקבועים

### פריט 3: מתח פנימי

מייצג תחושות לא מוגדרות של חוסר נוחות, מתח ורגישות יתר, סערה פנימית, מתח נפשי המתגבר לכדי פאניקה, חרדה או סבל. (דרג בהתאם לעוצמה, תדירות, משך והמידה שבה נדרשת ההרגעה)

0. רגוע, רק מתח פנימי נקודתי החולף מהר
- 1.
2. מידי פעם יש תחושות מתח/ עצבנות וחוסר מנוחה לא מוגדרות (דיפוזיות)
- 3.
4. תחושות מתמשכות של מתח פנימי או התקפי פאניקה, עליהם המטופל מתגבר על קושי מסוים

.5

.6 אימה או סבל בלתי פוסקים, פאניקה מציפה

**פריט 4: חסך/ הפחתה בשינה**

מתייחס להשוואה בין משך ועומק השינה העכשוויים לבין משך ועומק השינה כשפונה בריא (דרג בהתאם לעוצמה, משך והמידה שבה מצב הרוח המדווח מושפע מהנסיבות)

.0 ישן כרגיל

.1

.2 קושי קל להירדם, הפחתה מעטה במשך השינה, שינה קשה, מקוטעת/ לא סדירה.

.3

.4 קיצור השינה או קטיעתה בלפחות שעתיים

.5

.6 פחות משעתיים—שלוש שעות שינה

**פריט 5: תיאבון מופחת**

מתייחס לחוויה של ירידה בתיאבון בהשוואה לתיאבון בזמן בריאות

.0 תיאבון רגיל, או מוגבר

.1

.2 ירידה קלה בתיאבון

.3

.4 אין תיאבון, האוכל חסר טעם, צריך להכריח עצמו לאכול

.5

.6 זקוק לשכנע כדי לאכול, מסרב לאכול

**פריט 6: קשיי ריכוז**

מתייחס לקושי בגיבוש מחשבות המצטבר לכדי חוסר ריכוז מגביל. יש להעריך לפי העוצמה, התדירות ומידת ההגבלה הנוצרת

.0 אין קשיי ריכוז

.1

.2 מדי פעם מתקשה לארגן את מחשבותיו

.3

.4 קשיים בריכוז ובהתמדה במחשבה, אשר מגבילים את היכולת לקרוא או לקיים שיחה

.5

.6 לא מסוגל לקרוא או לקיים שיחה ללא קושי רב

**פריט 7: לאות**

מתייחס לקושי להתחיל פעולה או לאיטיות וביצוע פעילויות יומיומיות

.0 כמעט ללא קושי להתחיל, אין תשישות

.1

.2 קושי להתחיל פעילות

.3

.4 קושי להתחיל פעילויות שגרתיות פשוטות, וביצוען במאמץ רב

.5

.6 תשישות מוחלטת. אינו מסוגל לפעול כלל ללא עזרה

**פריט 8: חוסר יכולת להרגיש**

מתייחס לחוויה הסובייקטיבית של עניין מופחת בסביבה, או בפעילויות שגורמות בד"כ הנאה. מופחתת היכולת להגיב עם רגשות הולמים לנסיבות ואנשים.

.0 עניין רגיל בסביבה ובאנשים אחרים

.1

.2 יכולת מופחתת ליהנות מתחומי עניין רגילים

.3

.4 אובדן עניין בסביבה. אובדן רגשות כלפי חברים ומכרים

.5

.6 חוויה של שיתוק רגשי, חוסר יכולת לחוש כעס, צער או שמחה, וכישלון מופחת, ואף מכאיב,

להרגיש משהו כלפי קרובי משפחה וחברים.

**פריט 9: מחשבות פאסימיות**

מתייחס למחשבות של אשמה, נחיתות, ביקורת עצמית, חוסר מוסריות, חרטה וחורבן.

.0 אין מחשבות פאסימיות

.1

.2 ייגע מן החיים, מחשבות אובדניות חולפות בלבד

.3

4. חש שמוטב לו למות. מחשבות אובדניות תכופות והתאבדות נחשבת לפתרון אפשרי, אך ללא תוכנית או כוונה מוגדרת.
- 5.
6. אשליות של חורבן, חרטה או חטא בלתי נסלח. האשמות עצמיות שהן מופרכות אך עקשות.

### **פריט 10: מחשבות אובדניות**

מתייחס לתחושה שהחיים אינם שווים, שמוות טבעי יבורך, מחשבות אובדניות והכנות לקראת התאבדות. אין לתת לניסיונות התאבדות כשלעצמן להשפיע על ההערכה.

0. נהנה מהחיים ומקבל אותם כפי שהם
- 1.
2. ייגע מן החיים. מחשבות אובדניות חולפות בלבד
- 3.
4. חש שמוטב לו למות. מחשבות אובדניות תכופות והתאבדות נחשבת לפתרון אפשרי, אך ללא תוכנית או כוונה מוגדרת.
- 5.
6. תוכנית מפורשת להתאבדות בהינתן הזדמנות. הכנות פעילות לקראת התאבדות. .