
ШКАЛА ГЕНЕРАЛІЗОВАНОГО ТРИВОЖНОГО РОЗЛАДУ ГТР-7*

Як часто за останні 2 тижні вас турбували такі проблеми?

1

Підвищена нервова збудливість, занепокоєння або дратівливість

0

Ніколи

2

Більше половини днів

1

Кілька днів

3

Майже кожен день

2

Нездатність впоратися з хвилюванням

0

Ніколи

2

Більше половини днів

1

Кілька днів

3

Майже кожен день

3

Надмірне занепокоєння з різних приводів

0

Ніколи

2

Більше половини днів

1

Кілька днів

3

Майже кожен день

4

Нездатність розслабитись

0

Ніколи

2

Більше половини днів

1

Кілька днів

3

Майже кожен день

ШКАЛА ГЕНЕРАЛІЗОВАНОГО ТРИВОЖНОГО РОЗЛАДУ ГТР-7*

5 Крайній ступінь занепокоєння: «не можу знайти собі місця»

- | | |
|---------------|------------------------|
| 0 Ніколи | 2 Більше половини днів |
| 1 Кілька днів | 3 Майже кожен день |

6 Легко піддаюся почуттю занепокоєння або дратівливості

- | | |
|---------------|------------------------|
| 0 Ніколи | 2 Більше половини днів |
| 1 Кілька днів | 3 Майже кожен день |

7 Побоювання чогось страшного

- | | |
|---------------|------------------------|
| 0 Ніколи | 2 Більше половини днів |
| 1 Кілька днів | 3 Майже кожен день |

* GAD-7 — Generalized anxiety disorder 7-item scale
Spitzer RL et al. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder. Arch Intern Med 2006;166(10):1092-7.

0-4 бали — мінімальний рівень тривожності
5-9 балів — помірний рівень тривожності
10-14 балів — середній рівень тривожності
15-21 бал — високий рівень тривожності

Інтерпретація результатів