

## Tool sa Pagsusuri ng Kalusugan ng Pag-iisip (Depresyon)

### Kwestiyonaryo ng Kalusugan ng Pasyente (Patient Health Questionnaire -9):PHQ-9

Ang layunin ng kwestiyonaryong ito ay suriin ang antas ng iyong depresyon. Bagama't ang mga tanong ay hindi para sa tumpak na diagnosis, napakamalamang na mayroon kang depresyon kung makakatanggap ka ng matataas na puntos. Sa naturang kaso, inirerekomenda naming magpatingin ka sa isang psychiatrist para sa higit pang ebalwasyon.

Gaano mo kadalas naranasan ang mga sumusunod na sintomas **nitong nakaraang dalawang linggo?**

	Hindi kailanman	Sa loob ng ilang araw	Mahigit isang linggo	Halos araw-araw
1. Wala ako halos ganang magtrabaho.	0	1	2	3
2. Ako ay nalulungkot, nanlulumo, o nawawalan ng pag-asa.	0	1	2	3
3. Mahirap matulog o madalas akong nagigising sa gabi, o masyado akong matagal matulog.	0	1	2	3
4. Nanghihina ako o wala akong enerhiya.	0	1	2	3
5. Wala akong ganang kumain o masyado akong maraming kumain.	0	1	2	3
6. Sa palagay ko, masama akong tao o wala akong kwenta, o pakiramdam ko ay hindi masaya ang aking pamilya dahil sa akin.	0	1	2	3
7. Hindi ko kayang tutukan ang pagbabasa ng pahayagan o panonood ng TV.	0	1	2	3
8. Gumagalaw o nagsasalita ako nang masyadong mabagal at napapansin ito ng ibang mga tao, o masyado akong naglalakad-lakad dahil nababalisa ako at hindi mapakali.	0	1	2	3
9. Sa palagay ko mas mabuting mamatay na ako, o gusto kong saktan ang sarili ko sa anumang paraan.	0	1	2	3
Puntos	/ 27			