

## Bemor sog'liq so'rovnomasi-9: PQH-9

Ushbu so'rovnoma maqsadi tushkunlik darajasini baholashdan iborat. Savollar orqali aniq tashxis qo'yilmasa ham, yuqori ball olgan bo'lsangiz, tushkunlik chalingansiz. Bunday holatda, sizni baholash uchun psixiatrga murojaat qilasiz.

**So'nggi ikki hafta ichida** quyidagi alomatlardan qanchalik tez-tez uchratasiz?

	Umuman yo'q	Bir necha kun ichida	Bir haftadadan oshiq	Deyarli har kuni
1. Men ishimga oz qiziqaman.	0	1	2	3
2. Men xafagarchilik, tushkunlik yoki umidsizlikni his qilyapman.	0	1	2	3
3. Uxlash kechadi yoki kechasi juda tez-tez uyg'onaman, yoki juda ko'p uxlayman.	0	1	2	3
4. Charchap qolyapman yoki kuchim qolmayapti.	0	1	2	3
5. Ishtaham kam yoki ko'p ovqat iste'mol qilyapman.	0	1	2	3
6. Men yomon odamman yoki muvaffaqiyatsizlikka uchragan yoki mening oilam men tufayli baxtsiz deya his qilyapman.	0	1	2	3
7. Gazeta o'qiyotganimda yoki televizor tomosha qilsam, fikrimni jamlaya olmayapman.	0	1	2	3
8. Boshqalar ko'ra oladigan darajada sekin harakat qilyapman yoki sekin gaplashayapman, yoki tashvishlanaman yoki tashvishlanganimdan bezovta bo'lib juda ko'p harakat qilyapman	0	1	2	3
9. O'lishim yaxshi deb o'ylayman yoki ozomga qattiq tegishni xohlayman.	0	1	2	3
Ball	/ 27			