وحدة ابحاث الامراض النفسية
مستشفى هيليغود
أيار 1999

WHO- خمسة معيار التقدم (نسخة 1999)

ضع من فضلك عند كل من الاسئلة الخمسة التالية علامة ضرب في المربع (خانة) التي هي أقرب من كيفما شعرت في الأسبوعين الماضيين. لاحظ بأن درجة أعلى هي لافضل حالة.

مثال: إذا كنت شعرت بأنك كنت سعيدا و بمزاج جيد في **أكثر بقليل من نصف الوقت** من فترة الأسبوعين الماضيين، فضع علامة ضرب في المربع ذو رقم 3 الموجود في الركن العلوي اليمنى.

في الأسبوعين الماضيين	دائما	أكثر الأحيان	أكثر بقليل من نصف الوقت	أقل بقليل من نصف الوقت	قليل من الوقت (نادرا)	بتاتا
1 .. كنت سعيدا و بمزاج جيد	5	4	3	2	1	0
2 .. كنت أشعر بالهدوء و الاسترخاء	5	4	3	2	1	0
3 .. كنت أشعر بالحيوية و النشاط	5	4	3	2	1	0
4 .. كنت استيقظ نشطا و مرتاحا	5	4	3	2	1	0
5.. كانت أيامي مليئا بأشياء محببة لنفسي	5	4	3	2	1	0

حساب النقاط

حتى تحسب نقاطك يجب أن تجمع الأرقام الموجودة في المربعات المؤشرة مع بعض و ضربها بعدد 4 أنت تحصل على عدد بين 0 و 100. كلما كانت العدد أعلى كلما الحالة في تحسن أفضل.

© WHO Collaborating Center, Psykiatrisk Forskningsenhed, Psykiatrisk Sygehus, Hillerød

الترجمة (تحليل):

يوصي باستخدام (Major Depression Inventory) MDI، لو كان الرقم المسجل أقل من 13 أو كان المريض قد اشر في المربع 0 أو 1 في حالة واحدة منفردة. الحاصل أقل من 13 هي إشارة (علامة) لحالة سيئة و يجب فحصها، فيما لو كان الحالة هي الاكتئاب.

تغييرات:

لمراقبة لو تحصل أية تغييرات في تقدم حالة المريض، يجب حساب التغيير النسبي للناتج (الرقم الحاصل) لهذا أن التغيير بنسبة 10% هو تغيير هام أو جيد(حسب John Ware, 1995)

© WHO Collaborating Center, Psykiatrisk Forskningsenhed, Psykiatrisk Sygehus, Hillerød