

Lestvica generalizirane anksioznosti (GAD 7)

Lestvica se uporablja za presejanje za generalizirano anksiozno motnjo in panično motnjo.

Kako pogosto ste se v preteklih 2 tednih soočali s spodaj navedenimi težavami?

	Nikoli	Več dni	Več kot polovico dni	Skoraj vsak dan
1 Občutki nervoze, tesnobe ali občutek, da ste na koncu z živci.	0	1	2	3
2 Niste mogli ustaviti ali nadzorovati zaskrbljenosti.	0	1	2	3
3 Preveč ste bili zaskrbljeni glede različnih stvari.	0	1	2	3
4 Težko ste se sprostili.	0	1	2	3
5 Bili ste tako nemirni, da ste težko sedeli pri miru.	0	1	2	3
6 Zlahka ste postali nejevoljni ali razdražljivi.	0	1	2	3
7 Bilo vas je strah, da bi se lahko zgodilo nekaj groznega.	0	1	2	3
Rezultat =	+ + + + +			

*Avtorji: Drs. Robert L. Spitzer, Janet B. W. Williams, Kurt Kroenke in sodelavci, s podporo Pfizer Inc. Za reproduciranje, prevajanje, prikazovanje ali distribucijo ni potrebno dovoljenje.

Navodila za vrednotenje

Nad 5 točk – blaga anksioznost, nad 10 točk zmerne anksioznost, nad 15 točk huda anksioznost.

Ocena ne predstavlja medicinske diagnoze. Če ste zaskrbljeni zaradi rezultata, se pogovorite z usposobljenim zdravstvenim delavcem oz. napotite klienta k izbranemu osebemu zdravniku.