

កម្រងសំណួរវាយតម្លៃអំពីរោគសញ្ញារបស់ Hopkins (HSCL-25)

ច្បាប់/ពិន្ទុ នៃ ជំងឺចង្រៃ និង ជំងឺធ្លាក់ទឹកចិត្ត

**Hopkins Symptom Checklist(HSCL-25)
Anxiety and Depression Scales**

សេចក្តីណែនាំ: បញ្ជីខាងក្រោមនេះ គឺជា រោគសញ្ញា រឺ បញ្ហា ដែលកើតឡើងចំពោះយើងនៅពេលខ្លះៗ សូមធ្វើយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់សំណួរនីមួយៗដោយប្រុងប្រយ័ត្ន ហើយសូមបញ្ជាក់បន្ថែមថា តើរោគសញ្ញា នោះបានរំខានអ្នក រឺ បានធ្វើអោយអ្នកមិនសប្បាយចិត្តប៉ុណ្ណាដែរ ក្នុងរយៈពេលមួយសប្តាហ៍ចុងក្រោយ នេះ រាប់ទាំងថ្ងៃនេះផងដែរ។

ផ្នែក ក: រោគសញ្ញាជំងឺចង្រៃ		មិនដែលទាល់តែសោះ	បន្តិចបន្តួច	ពេលខ្លះ	ញឹកញាប់
Part A: Anxiety Symptoms		Not at all	A little	Sometimes	Often
1	អាការៈភ័យខ្លាចមួយរំពេចដោយគ្មានហេតុផល Suddenly scared for no reason				
2	អារម្មណ៍ភ័យខ្លាច Feeling fearful				
3	ហេរហាត់ វិលមុខ រឺ ខ្សោយអស់កម្លាំង Faintness, dizziness, or weakness				
4	ភ័យញ័រ រឺ ញ័រកន្ត្រាក់ពីខាងក្នុងខ្លួន Nervousness or shakiness inside				
5	បេះដូងដើញាប់ រឺ លឿន(ចង្វាក់បេះដូងលោតញាប់) Heart pounding or racing (heart beating very fast)				
6	ញ័រខ្លួន Trembling				
7	មានអារម្មណ៍តានតឹង រឺអង្គុយមិនសុខ Feeling tense or keyed up				
8	ឈឺក្បាល Headaches				
9	ភ័យស្លន់ស្លាវ Spells of terror or panic				
10	អារម្មណ៍រសាប់រសល់ Feeling restless, can't sit still				
ផ្នែក ខ: រោគសញ្ញាជំងឺធ្លាក់ទឹកចិត្ត					
Part B: Depression Symptoms					
11	មានអារម្មណ៍ថាអស់កម្លាំង សកម្មភាពថយចុះ Feeling low in energy, slowed down				

12	ស្តីបន្ទោសខ្លួនឯងដោយសារបញ្ហាមួយចំនួន Blaming yourself for things				
13	ទ្រហោរយំដោយឯកឯង Crying easily				
14	បាត់ចំណង់ផ្លូវភេទ រឺអារម្មណ៍រីករាយ Loss of sexual interest or pleasure				
15	ទទួលបានអហារតិចតួច Poor appetite				
16	គេងមិនលក់ គេងលក់មិនស្តប់ស្តល់ Difficulty falling asleep, staying asleep				
17	មានអារម្មណ៍អស់សង្ឃឹមចំពោះអនាគត Feeling hopeless about the future				
18	មានអារម្មណ៍ក្រៀមក្រំក្នុងចិត្ត Feeling sad				
19	មានអារម្មណ៍ឯកោ Feeling lonely				
20	គិតចង់សំលាប់ខ្លួន Thought of ending your life				
21	មានអារម្មណ៍ហាក់ដូចជាបំបាំងអន្ទាក់ រឺត្រូវបានគេ ចាប់ខ្លួន Feeling of being trapped or caught				
22	ព្រួយបារម្មណ៍ជ្រុល ទៅលើរឿងរ៉ាវមួយចំនួន Worry too much about things				
23	មិនចាប់អារម្មណ៍លើអ្វីទាំងអស់ Feeling no interest in things				
24	មានអារម្មណ៍ថាគ្រប់យ៉ាងសុទ្ធតែលំបាក Feeling everything is an effort				
25	មានអារម្មណ៍ថាហាក់ដូចជាមិនមានតម្លៃអ្វីសោះ Feeling of worthlessness				