Under de **senaste två veckorna**, hur ofta har du besvärats av något av följande problem? Läs varje påstående noggrant och kryssa därefter i rutan.

1. Lite intresse eller glädje i att göra saker

\_\_ 0 Inte alls

\_\_ 1 Flera dagar

\_\_ 2 Mer än häften av Dagarna

\_\_3 Nästan varje dag

1. Känt mig nedstämd, deprimerad eller utan hopp

\_\_ 0 Inte alls

\_\_ 1 Flera dagar

\_\_ 2 Mer än häften av Dagarna

\_\_3 Nästan varje dag

1. Problem med att somna, att du vaknar i förtid, eller sover för mycket

\_\_ 0 Inte alls

\_\_ 1 Flera dagar

\_\_ 2 Mer än häften av Dagarna

\_\_3 Nästan varje dag

1. Känt dig trött eller energifattig

\_\_ 0 Inte alls

\_\_ 1 Flera dagar

\_\_ 2 Mer än häften av Dagarna

\_\_3 Nästan varje dag

1. Dålig aptit eller ätit för mycket

\_\_ 0 Inte alls

\_\_ 1 Flera dagar

\_\_ 2 Mer än häften av Dagarna

\_\_3 Nästan varje dag

1. Dålig självkänsla, eller att du känner dig misslyckad eller att du svikit dig själv eller din familj

\_\_ 0 Inte alls

\_\_ 1 Flera dagar

\_\_ 2 Mer än häften av Dagarna

\_\_3 Nästan varje dag

1. Svårigheter att koncentrera dig, till exempel när du läst tidningen eller tittar på TV

\_\_ 0 Inte alls

\_\_ 1 Flera dagar

\_\_ 2 Mer än häften av Dagarna

\_\_3 Nästan varje dag

1. Att du rör dig eller talar så långsamt att andra noterat det? Eller att du är så nervös eller rastlös att du rör dig mer än vanligt

\_\_ 0 Inte alls

\_\_ 1 Flera dagar

\_\_ 2 Mer än häften av Dagarna

\_\_3 Nästan varje dag

1. Tankar att det skulle vara bättre om du var död eller att du skulle skada dig på något sätt

\_\_ 0 Inte alls

\_\_ 1 Flera dagar

\_\_ 2 Mer än häften av Dagarna

\_\_3 Nästan varje dag

1. Om du kryssat för att du haft något av dessa problem, hur stora svårigheter har dessa problem förorsakat dig på arbetet, eller för att ta hand om sysslor hemma, eller komma överens med andra människor?

\_\_ 1 Inga

\_\_ 2 Vissa

\_\_ 3 Stora

\_\_ 4 Extrema

Reference:

Kroenke K, Spitzer RL, Williams JB. The PHQ-9: validity of a brief depression severity measure. J Gen Intern Med. 2001 Sep;16(9):606-13

Developed by Drs. Robert L. Spitzer, Janet B.W. Williams, Kurt Kroenke and colleagues, with an educational grant from Pfizer Inc. No permission required to reproduce, translate, display or distribute.

Translation:

This translation was completed by the InFORM network (https://ubwp.buffalo.edu/rdc-tmdinternational/) and the translation has not been validated.