

患者さんの健康に関する質問票-9 (PHQ-9 Japanese)

この2週間、次のような問題にどのくらい頻繁に
悩まされていますか？

(該当するものに✓をつけてください)

	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日
1. 物事に対してほとんど興味が無い、または楽しめない	0	1	2	3
2. 気分が落ち込む、憂うつになる、または絶望的な気持ちになる	0	1	2	3
3. 寝付きが悪い、途中で目がさめる、または逆に眠り過ぎる	0	1	2	3
4. 疲れた感じがする、または気力がない	0	1	2	3
5. あまり食欲がない、または食べ過ぎる	0	1	2	3
6. 自分はダメな人間だ、人生の敗北者だと気に病む、 または自分自身あるいは家族に申し訳がないと感じる	0	1	2	3
7. 新聞を読む、またはテレビを見ることなどに集中することが 難しい	0	1	2	3
8. 他人が気づくくらいに動きや話し方が遅くなる、あるいは これと反対に、そわそわしたり、落ちつかず、普段よりも動き回 ることがある	0	1	2	3
9. 死んだほうがまだ、あるいは自分を何らかの方法で傷つけよう と思ったことがある	0	1	2	3

FOR OFFICE CODING 0 + _____ + _____ + _____

=Total Score: _____

一つでも問題に当てはまる場合、仕事をしたり、家事をしたり、他の人と仲良くやっていくことがどのくらい**困難**に
なっていますか？

全く困難で
ない

やや困難

大変困難

極端に困難

Scoring and interpreting the PHQ-9:

PHQ-9 score	Depression severity	Proposed Treatment Actions
0 - 4	None – minimal	None
5 - 9	Mild	Watchful waiting; repeat PHQ 9 at follow-up
10 - 14	Moderate	Treatment plan, consider counseling, follow up and/or pharmacotherapy
15-19	Moderately severe	Active treatment with pharmacotherapy and/or psychotherapy
20 - 27	Severe	Immediate initiation of pharmacotherapy and, if severe impairment or poor response to therapy, expedited referral to a mental health specialist for psychotherapy and/or collaborative management.

Citation: <https://phqscreeners.pfizer.edrupalgardens.com/sites/g/files/g10016261/f/201412/instructions.pdf>

More information: www.phqscreeners.com