

## Опросник выраженности психопатологической симптоматики (SCL-90-R)

Назначение: SCL-90-R - шкала самоотчета для определения актуального, присутствующего на данный момент, психологического симптоматического статуса. SCL-90-R. Шкала является клинической тестовой и скрининговой методикой, предназначенной для оценки паттернов психологических признаков у психиатрических пациентов и здоровых лиц.

Опросник SCL-90-R состоит из 90 пунктов, каждый из которых оценивается по пятибалльной системе ранжирования дистресса от "нисколько" до "крайне". Эти пункты позволяют определить выраженность 9 симптоматических шкал, которые составляют основу большинства поведенческих симптомов у психически больных. Каждый параметр включает в себя не менее 6 пунктов.

Инструкция. Ниже приведен перечень проблем и жалоб, иногда возникающих у людей. Пожалуйста, читайте каждый пункт внимательно. Обведите кружком номер того ответа, который наиболее точно описывает степень вашего дискомфорта или встревоженности в связи с той или иной проблемой в течение последней недели, включая сегодняшний день. Обведите только один из номеров в каждом пункте (так, чтобы цифра внутри каждого кружка была видна), не пропуская ни одного пункта. Если вы захотите изменить свой отчет, зачеркните вашу первую пометку.

№	Насколько сильно вас тревожили:	Совсем нет	Немног о	Умеренн о	Сильно	Очень сильно
1	Головные боли	0	1	2	3	4
2	Нервозность или внутренняя дрожь	0	1	2	3	4
3	Повторяющиеся неприятные неотвязные мысли	0	1	2	3	4
4	Слабость или головокружение	0	1	2	3	4
5	Потеря сексуального влечения или удовольствия	0	1	2	3	4
6	Чувство недовольства другими	0	1	2	3	4
7	Ощущение, что кто-то другой может управлять	0	1	2	3	4

		вашими мыслями					
8		Ощущение, что почти во всех ваших неприятностях виноваты другие	0	1	2	3	4
9		Проблемы с памятью	0	1	2	3	4
10		Ваша небрежность или неряшливость	0	1	2	3	4
11		Легко возникающая досада или раздражение	0	1	2	3	4
12		Боли в сердце или грудной клетке	0	1	2	3	4
13		Чувство страха в открытых местах или на улице	0	1	2	3	4
14		Упадок сил или заторможенность	0	1	2	3	4
15		Мысли о том, чтобы покончить с собой	0	1	2	3	4
16		То, что вы слышите голоса, которых не слышат другие	0	1	2	3	4
7	1	Дрожь	0	1	2	3	4
8	1	Чувство, что большинству людей нельзя доверять	0	1	2	3	4
9	1	Плохой аппетит	0	1	2	3	4
	2	Слезливость	0	1	2	3	4

0							
1	2	Застенчивость или скованность в общении с лицами другого пола	0	1	2	3	4
2	2	Ощущение, что вы в западне или пойманы	0	1	2	3	4
3	2	Неожиданный и беспричинный страх	0	1	2	3	4
4	2	Вспышки гнева, которые вы не смогли сдержать	0	1	2	3	4
5	2	Боязнь выйти из дома одному	0	1	2	3	4
6	2	Чувство, что вы сами во многом виноваты	0	1	2	3	4
7	2	Боли в пояснице	0	1	2	3	4
8	2	Ощущение, что кто-то вам мешает сделать что-либо	0	1	2	3	4
9	2	Чувство одиночества	0	1	2	3	4
0	3	Подавленное настроение, «хандра»	0	1	2	3	4
1	3	Головные боли	0	1	2	3	4
2	3	Нервозность или внутренняя дрожь	0	1	2	3	4
3	3	Повторяющиеся неприятные неотвязные мысли	0	1	2	3	4

4	3	Слабость или головокружение	0	1	2	3	4
5	3	Потеря сексуального влечения или удовольствия	0	1	2	3	4
6	3	Ощущение, что другие не понимают вас или не сочувствуют вам	0	1	2	3	4
7	3	Ощущение, что люди не дружелюбны или вы им не нравитесь	0	1	2	3	4
8	3	Необходимость делать все очень медленно, чтобы не допустить ошибки	0	1	2	3	4
9	3	Сильное или учащенное сердцебиение	0	1	2	3	4
0	4	Тошнота или расстройство желудка	0	1	2	3	4
1	4	Ощущение, что вы хуже других	0	1	2	3	4
2	4	Боли в мышцах	0	1	2	3	4
3	4	Ощущение, что другие наблюдают за вами или говорят о вас	0	1	2	3	4
4	4	То, что вам трудно заснуть	0	1	2	3	4
5	4	Потребность проверять и	0	1	2	3	4

		перепроверять то, что вы делаете.					
6	4	Трудности в принятии решения	0	1	2	3	4
7	4	Боязнь ездить в метро, автобусах или поездах	0	1	2	3	4
8	4	Затрудненное дыхание	0	1	2	3	4
9	4	Приступы жара или озноба	0	1	2	3	4
0	5	Необходимость избегать некоторых мест или действий, так как они вас пугают	0	1	2	3	4
1	5	То, что вы легко теряете мысли	0	1	2	3	4
2	5	Онемение или покалывание в различных частях тела	0	1	2	3	4
3	5	Комок в горле	0	1	2	3	4
4	5	Ощущение, что будущее безнадежно	0	1	2	3	4
5	5	То, что вам трудно сосредоточиться	0	1	2	3	4
6	5	Ощущение слабости в различных частях тела	0	1	2	3	4
7	5	Ощущение напряженности или взвинченности	0	1	2	3	4

8	5	Тяжесть в конечностях	0	1	2	3	4
9	5	Мысли о смерти	0	1	2	3	4
0	6	Переедание	0	1	2	3	4
1	6	Ощущение неловкости, когда люди наблюдают за вами или говорят о вас	0	1	2	3	4
2	6	То, что у вас в голове чужие мысли	0	1	2	3	4
3	6	Импульсы причинять телесные повреждения или вред кому-либо	0	1	2	3	4
4	6	Бессонница по утрам	0	1	2	3	4
5	6	Потребность повторять действия: прикасаться, мыться, пересчитывать и т. д.	0	1	2	3	4
6	6	Беспокойный и тревожный сон	0	1	2	3	4
7	6	Импульсы ломать или крушить что- нибудь	0	1	2	3	4
8	6	Наличие у вас идей или верований, которых не разделяют другие	0	1	2	3	4
6		Чрезмерная	0	1	2	3	4

9		застенчивость при общении с другими					
0	7	Чувство неловкости в людных местах (магазинах, кинотеатрах)	0	1	2	3	4
1	7	Чувство, что все, что бы вы ни делали, требует больших усилий	0	1	2	3	4
2	7	Приступы ужаса или паники	0	1	2	3	4
3	7	Чувство неловкости, когда вы едите или пьете на людях	0	1	2	3	4
4	7	То, что вы часто вступаете в спор	0	1	2	3	4
5	7	Нервозность, когда вы оставались одни	0	1	2	3	4
6	7	То, что другие недооценивают ваши достижения	0	1	2	3	4
7	7	Чувство одиночества, даже когда вы с другими людьми	0	1	2	3	4
8	7	Такое сильное беспокойство, что вы не могли усидеть на месте	0	1	2	3	4
9	7	Ощущение собственной никчемности	0	1	2	3	4
0	8	Ощущение, что с вами произойдет	0	1	2	3	4

		что-то плохое					
1	8	То, что вы кричите и швыряетесь вещами	0	1	2	3	4
2	8	Боязнь, что вы упадете в обморок на людях	0	1	2	3	4
3	8	Ощущение, что люди злоупотребят вашим доверием, если вы им позволите	0	1	2	3	4
4	8	Нервировавшие вас сексуальные мысли	0	1	2	3	4
5	8	Мысли, что вы должны быть наказаны за ваши грехи	0	1	2	3	4
6	8	Кошмарные мысли или видения	0	1	2	3	4
7	8	Мысли о том, что с вашим телом что-то не в порядке	0	1	2	3	4
8	8	То, что вы не чувствуете близости ни к кому	0	1	2	3	4
9	8	Чувство вины	0	1	2	3	4
0	9	Мысли о том, что с вашим рассудком творится что-то неладное	0	1	2	3	4

Интерпретация: по ключу.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 6

## **Госпитальная шкала тревоги и депрессии (The Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS)).**

Назначение: Госпитальная шкала тревоги и депрессии представляет собой экспресс-скрининг для оценки уровня тревоги и депрессии в условиях общемедицинской практики. Обладает высокой дискриминантной валидностью в отношении двух расстройств: тревоги и депрессии.

Госпитальная шкала тревоги и депрессии содержит 14 пунктов, каждому из которых соответствует 4 варианта ответов, отражающих степень нарастания симптоматики.

Бланк шкалы выдается для самостоятельного заполнения испытуемому и сопровождается инструкцией. Шкала составлена из 14 утверждений, обслуживающих 2 подшкалы - "тревога" (7 утверждений) и "депрессия" (7 утверждений). Каждому утверждению соответствуют 4 варианта ответа, отражающие градации выраженности признака и кодирующиеся по нарастанию тяжести симптома от 0 (отсутствие) до 3 (максимальная выраженность).

Ключ: Уровень депрессии и тревоги оценивается независимо друг от друга. Для этого ведется отдельный подсчет баллов по вопросам, оценивающим уровень депрессии и по вопросам оценки степени тревоги.

Инструкция для пациента: Шкалу необходимо заполнить за 10 - 15 минут самостоятельно, без обсуждения с кем-либо. По всем пунктам должны быть выбраны ответы. Каждому утверждению шкалы HADS соответствуют четыре варианта ответа. Выберите и отметьте тот из ответов, который соответствует Вашему состоянию в течение последних 7 дней. Не раздумывайте долго над ответом на вопрос. Ваша первая реакция будет наиболее верной.

### **1.Я испытываю напряжённость, мне не по себе**

- всё время
- часто
- время от времени, иногда
- совсем не испытываю

### **2.То, что приносило мне большое удовольствие, и сейчас вызывает у меня такое же чувство**

- определённо это так
- наверное, это так
- лишь в очень малой степени это так
- это совсем не так

### **3.Я испытываю страх, кажется, будто что-то ужасное может вот-вот случиться**

- определённо это так, и страх очень сильный
- да, это так, но страх не очень сильный
- иногда, но это меня не беспокоит
- совсем не испытываю

### **4.Я способен рассмеяться и увидеть в том или ином событии смешное**

- определённо это так
- наверное, это так
- лишь в очень малой степени это так
- совсем не способен

### **5.Беспокойные мысли крутятся у меня в голове**

- постоянно

- большую часть времени
- время от времени и не так часто
- только иногда

**6.Я испытываю бодрость**

- совсем не испытываю
- очень редко
- иногда
- практически всё время

**7.Я легко могу сесть и расслабиться**

- определённо это так
- наверное, это так
- лишь изредка это так
- совсем не могу

**8.Мне кажется, что я стал всё делать очень медленно**

- практически всё время
- часто
- иногда
- совсем нет

**9.Я испытываю внутреннее напряжение или дрожь**

- совсем не испытываю
- иногда
- часто
- очень часто

**10.Я не слежу за своей внешностью**

- определённо это так
- я не уделяю этому столько времени, сколько нужно
- может быть, я стал меньше уделять этому внимания
- я слежу за собой так же, как и раньше

**11.Я испытываю неусидчивость, словно мне постоянно нужно двигаться**

- определённо это так
- наверное, это так
- лишь в некоторой степени это так
- совсем не испытываю

**12.Я считаю, что мои дела (занятия, увлечения) могут принести мне чувство удовлетворения**

- точно так же, как и обычно
- да, но не в такой степени, как раньше
- значительно меньше, чем обычно
- совсем так не считаю

**13.У меня бывает внезапное чувство паники**

- очень часто
- довольно часто
- не так уж часто
- совсем не бывает

**14.Я могу получить удовольствие от хорошей книги, радио- или телепрограммы**

- часто
- иногда
- редко
- очень редко

Количество	Интерпретация
------------	---------------

<b>баллов</b>	
0 - 7	"норма" (отсутствие достоверно выраженных симптомов тревоги и депрессии)
8 - 10	"субклинически выраженная тревога/депрессия"
11 и более	"клинически выраженная тревога/депрессия"

### **Список сокращений**

ЗНО – злокачественное новообразование

РМЖ – рак молочной железы

КРР – колоректальный рак

МКФ – международная классификация функционирования.

МКБ – международная классификация болезней.

ФРМ – физическая и реабилитационная медицина

ЛФК – лечебная физкультура.

ШРМ – шкала реабилитационной маршрутизации.

МДРК – мультидисциплинарная реабилитационная команда.

НН – нутритивная недостаточность.

НП – нутритивная поддержка.

ПП – парентеральное питание.

НАХТ – неоадьювантная химиотерапия

АХТ – адьювантная химиотерапия

АлТ – Аланинаминотрансфераза

АсТ – Аспартатаминотрансфераза

ГГТП - Гамма-глутамилтрансфераза

ЭКГ - Электрокардиография

ЭХО-КГ – Эхокардиография

ВАШ – визуально-аналоговая шкала.