

# PALATANUNGAN TUNGKOL SA KALUSUGAN NG PASYENTE - 9 (PHQ-9)

Nitong nakaraang <u>14 na araw</u> , gaano ka kadalas binagabag ng alinman sa mga sumusunod na mga problema? (Lagyan ng "✓" ang iyong sagot)	Hindi kailanman	Maraming Araw	Lagpas sa kalahati ng bilang ng mga araw	Halos araw-araw
1. Di gaanong interesado o nasisiyahan sa paggawa ng mga bagay	0	1	2	3
2. Pakiramdam na nalulungkot, nadidipress o nawawalan ng pag-asa	0	1	2	3
3. Hirap na makatulog o manatiling tulog, o labis na pagtulog	0	1	2	3
4. Pagkaramdam ng pagod o walang lakas	0	1	2	3
5. Kawalan ng ganang kumain o labis na pagkain	0	1	2	3
6. Pagkaramdam ng masama tungkol sa iyong sarili — o na bigo ka o nabigo mo ang iyong sarili o ang iyong pamilya	0	1	2	3
7. Hirap magtuon ng pansin sa mga bagay, tulad ng pagbabasa ng dyaryo or panonood ng telebisyon	0	1	2	3
8. Pagkilos o pagsasalita ng mabagal na maaring napansin ng ibang tao? O ang kabaligtaran — pagiging alumpihit o di mapakali kaya ikot nang ikot nang higit sa karaniwan	0	1	2	3
9. Nag-iisip na mas mabuting mamatay ka na lang o saktan mo ang iyong sarili sa ilang paraan	0	1	2	3

FOR OFFICE CODING   0   +        +        +         
=Total Score:       

Kung may tsinekan kang anumang mga problema, gaano ka pinahirapan ng mga problemang ito na gawin ang iyong trabaho, asikasuhin ang mga bagay sa bahay, o makisama sa ibang tao?

Hinding-hindi pinahirapan

Medyo Pinahirapan

Masyadong Pinahirapan

Labis na Pinahirapan

## TALAAN SA MGA PANGUTANA MAHITUNGOD SA PANGLAWAS SA PASYENTE - 9 (PHQ-9)

Sa niaging 2 ka semana, makapila ka nahasul sa bisan asa niining mga mosunod nga problema? (Gamita ang "✓" aron ipadayag ang imong tubag)	Wala gayud	Pipila ka adlaw	Sobra sa katunga sa mga adlaw	Hapit kada adlaw
1. Gamay nga interes o kalipay sa mga ginabuhat nga butang	0	1	2	3
2. Gibati og kasubo, kaguol o kawalay paglaum	0	1	2	3
3. Naglisod og pagkatulog o magpabiling natulog, o sobrang pagkatulog	0	1	2	3
4. Gibati og kakapoy o anaay kakulang sa kusog	0	1	2	3
5. Walay gana o sobra sa pagkaon	0	1	2	3
6. Gibati og kangil-ad sa imong kaugalingon — o nga ikaw usa ka kapakyasan o gipahigawad nimo ang imong kaugalingon o imong pamilya	0	1	2	3
7. Naglisod og pagtutok sa mga butang, sama sa pagbasa sa pamantalaan o pagtan-aw og telebisyon	0	1	2	3
8. Molihok o mosulti og hinay kaayo nga ang ubang tawo mahimong nakamatikod? O ang bali — mag-alindasay o dili mahimutang nga magsige lang og lihok-lihok itandi sa naandan	0	1	2	3
9. Mga panghunahuna nga mas maayo pa kung patay na ka o sakiton ang imong kaugalingon sa pipila ka paagi	0	1	2	3

FOR OFFICE CODING   0   +        +        +         
=Total Score:       

**Kung gi-tsekan nimo ang bisan unsang problema, unsa kalisod ang nabuhat sa mga problema kanimo sa imong pagtrabaho, pag-alima sa mga butang sa balay, o sa pakig-uban sa ubang tawo?**

Dili gayud  
lisod

Lisod  
gamay

Lisod  
kaayo

Hilabihan  
kalisod

# LISTAHAN SA MGA PANGUTANA MAHITUNGOD SA PANGLAWAS SA PASYENTE - 9 (PHQ-9)

Sa **niaging 14 ka adlaw**, makapila ka nahasul niining mga mosunod nga problema?

(Gamita ang "✓" aron ipadayag ang imong tubag)

	Wala gayud	Pipila ka adlaw	Sobra sa tunga sa mga adlaw	Hapit kada adlaw
1. Gamay nga interes o kalipay sa pagbuhat sa mga butang	0	1	2	3
2. Gibati og kaguol, kasubo o kawalay paglaum	0	1	2	3
3. Naglisod og pagkatulog o magpabiling natulog, o sobrang pagkatulog	0	1	2	3
4. Gibati og kakapoy o anaay kakulang sa kalagsik	0	1	2	3
5. Walay gana o sobra sa pagkaon	0	1	2	3
6. Gibati og kangil-ad sa imong kaugalingon — o nga ikaw usa ka kapakyasan o nadismaya nimo ang imong kaugalingon o imong pamilya	0	1	2	3
7. Naglisod sa pagtutok sa mga butang, sama sa pagbasa sa pamantalaan o pagtan-aw og telebisyon	0	1	2	3
8. Molihok o mosulti og hinay kaayo nga mahimong makamatikod na ang ubang tawo? O ang bali — mag-alindasay o dili mahimutang nga magsige lang og lihok-lihok itandi sa naandan	0	1	2	3
9. Mga panghunahuna nga mas maayo pa kung patay na ka o pasakitan ang imong kaugalingon sa pipila ka paagi	0	1	2	3

FOR OFFICE CODING      0   + \_\_\_\_\_ + \_\_\_\_\_ + \_\_\_\_\_

=Total Score: \_\_\_\_\_

**Kung gi-tsekan nimo ang bisan unsang problema, unsa kalisod ang nabuhat sa mga problema kanimo sa imong pagtrabaho, pag-alima sa mga butang sa balay, o sa pakig-uban sa ubang tawo?**

**Dili gyud  
lisod**

**Medyo  
lisod**

**Lisod  
kaayo**

**Hilabihang  
kalisod**

Gihimo nila Dr. Robert L. Spitzer, Dr. Janet B. Williams, ug Dr. Kurt Kroenke ug mga kaubanan, nga adunay pang-edukasyong salapi gikan sa Pfizer Inc.      Walay permiso ang gikinahanglan aron kopyahon, hubaron, ipakita o i-apud-apod.