

DASS, PQ-B, PHQ-9 eta GAD-7 TRESNEN AZALPENA.

Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-42) (Lovibond & Lovibond, 1995)

DASS-a 42 galdera edo itemez osaturiko tresna da, eta depresio, antsietate eta estres egoera emozionalak neurtzen ditu. Depresioaren eskalak disforia, itxaropenik eza, bizitzaren debaluazioa, norbere buruaren mexpresua, interes/partehartze falta, anhedonia eta apatia neurtzen ditu. Antsietatearen eskalak, nerbio sistema autonomoaren asaldura, borondatezko muskuluen eragina, egoerazko antsietatea eta antsietatearen esperientzia sujetiboa neurtzen ditu. Estresaren eskalak erlaxatzeko zailtasuna, urduritasuna, gogaituta/asaldatua egotea, haserrekor/erreaktibo egotea eta pazientzia falta ebaluatzen ditu. Galdetegia batetzen duen pertsonari Likert-erako 0tik 3rako eskala batean, azkenengo astean egoera zehatz batzuk bizi izana baloratzeko eskatzen zaio. Depresio, antsietate eta estres eskalak dimentsio bakoitzaren itemen puntuazioak batuz lortzen dira.

Eskala honek barne tinkotasun altua dauka eta bai ikertzaile baita mediku/psikologoentzako baliagarria da. Zeharkako depresio, antsietate eta estres egoeraz gain denboran zehar egon daitezkeen aldaketak neurtzeko balio du (adibidez, tratamendu baten ondoren aldaketak egon diren aztertzeko). Gaur egun, ia 50 hizkuntza ezberdinetara itzulita dago.

DASS orrialde ofiziala: <http://www2.psy.unsw.edu.au/groups/dass/>

Euskarazko bertsioa: <http://www2.psy.unsw.edu.au/dass/Basque/Basque.htm>

Prodromal Questionnaire — Brief Version (PQ-B) (Loewy et al., 2011)

Eskizofrenia edo beste gaixotasun psikotiko batzuen atari izan daitezkeen sintoma psikotikoak neurtzen dituen 21 galderak osatutako galdesorta labur bat da. 92 galderek osatutako jatorrizko tresna batetik eratorria da. Ez da diagnostikoa egiteko tresna, baizik eta psikosi arriskua daukaten pertsonak identifikatzeko tresna. Batez ere biztanlego orokorreko edo Osasun Mentaleko Zerbitzuetara bideratutako nerabe eta heldu gazteetan erabili arren, beste populazio ezberdinetan erabili izan da, batik bat, erditze osteko psikosia identifikatzeko.

21 itemeko galdesorta da eta guztizko puntuazioa item guztien batuketaren bitartez lortzen da. Distres edo ezinegon/narriadura puntuazioa ere ematen du. Galdera bakoitzak Likert-erako sei erantzun posible ditu, 0 eta 5 puntu tarteko balioa daukatenak. Atariko sintomen gaineko alderdi ezberdinak arakatzen ditu, hala nola, noiz hasi zen, zenbatero gertatzen den, nola interpretatzen dituen esperientziak eta ea esperientziak ezinegona edo narriadura sortzen dien.

Patient Health Questionnaire (PHQ-9) (Kroenke et al., 2001).

Bederatzi galderadun galdesorta autoaplikatu bat da. Tresna honen bitartez pazienteak depresioarekin lotuta izan ditzakeen sintomak detektatzen dira, baita tratamendua ezarri ostean eboluzioa aztertu. Sintomak azken bi asteetako denbora tartean eta 0tik 3rako Likert-erako eskala batean baloratzen dira.

Pazienteak momentu ezberdinetan bete dezake testa, depresioaren larritasuna zeharka neurtzeko balioz gain, sintomen larritasunean ematen diren aldaketak aztertzeko ere balio duelako. Batez ere LMA-n erabiltzeko sortu zen, depresio nagusiko sintomak objetibatuzko tresna gisa, eta DSM-5ak gomendatutako tresnen artean dago.

Orrialde ofiziala:

<https://www.phqscreeners.com/select-screener>

Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7) (Spitzer et al., 2006)

Antsietate orokorreko nahastearen sintomak detektatzeko eskala autoinformatu bat da. Aurrekoa bezala, DSM-ak gomendatutako tresnen artean dago. Modu arin eta errazean, 7 galderetan oinarrituta, antsietate sintomen larritasuna aztertzen du, eta PHQ-9a moduan, bai zeharkako ebaluazioa bai eboluzioa aztertzeko baliagarria da.

Eskalak 0-tik 4-rako Likert-erako puntuazioa erabiltzen du eta pazienteak azkenengo 2 asteetan izan duen antsietatearen sintoma ezberdinen larritasunaren inguruan ebaluatu behar du bere burua.

Orrialde ofiziala:

<https://www.phqscreeners.com/select-screener>

Erreferentziak:

Kroenke, K., Spitzer, R. L., & Williams, J. B. (2001). The PHQ-9: Validity of a brief depression severity measure. *Journal of General Internal Medicine*, 16(9), 606-613.

<https://doi.org/10.1046/j.1525-1497.2001.016009606.x>

Loewy, R. L., Pearson, R., Vinogradov, S., Bearden, C. E., & Cannon, T. D. (2011). Psychosis risk screening with the Prodromal Questionnaire—Brief version (PQ-B). *Schizophrenia Research*, 129(1), 42-46. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2011.03.029>

Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales* (2.^a ed.). Psychology Foundation.

Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B. W., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: The GAD-7. *Archives of Internal Medicine*, 166(10), 1092-1097. <https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>

Tresna hauek euskaratu eta balioztatu dituzten autoreak:

Naiara Ozamiz, Leire Erkoreka, Onintze Ruiz, Clara Martin, Simona Mancini, Maider Prieto, Argiñe Mingo, Saioa Aspiazu eta Urko Agirre.