

双相抑郁评定量表（BDRS）

评定手册

简介：

BDRS 是设计用于评估双相抑郁的抑郁症状严重程度的量表。BDRS 对于熟练的评估者的临床使用很有效。以下流程设计是为了 BDRS 评分的标准化。通过临床访谈，BDRS 项目评估病人当前或者过去几日内的抑郁症状和混合症状的严重程度。如果过去几日与当前的症状并不一致性时，评估主要针对当前的症状。该量表包括 20 个条目，最大分值为 60 分。分值越高，代表症状越严重。

个别条目可能是根据主观的（病人的报告）或者客观的（临床医生的评定），或者两者均有。在这些主、客观评估均有的条目，如主观报告和客观评估并不一致时，主观评估占有更重要性。如果评估者感觉到评分时有些条目分值介于两者之间，难以区分究竟应该评估严重些还是轻一些时，应该就重评估。当这些操作条目和建议的条目未能完全反应患者的情况时，轻度/中度/重度的严重程度分类可以指导评级。不能让患者去选择答案，如去选择轻度/中度/重度。

在症状波动很厉害的个体中，例如超快速循环型或早晚波动的患者，该评估主要针对患者的当前症状进行评定。当评估患者的当前症状时，如果可以的话，评估应该未受到环境或者药物的影响，例如，服用安眠药去评定睡眠。如果很明显当前症状是因治疗引起的，例如锂盐所致震颤，就不应该去评估。有些患者存在慢性的抑郁症状或者存在持续的抑郁和轻躁狂交替发作，可能他们不能够去回忆状态好的时候，或者确信的知道对于自己来说什么状态才是正常的。在涉及到针对患者正常状态而言时，可能评估者需要去参考这些条款假设规范。

谨防中心趋向性错误，例如，避免选择“中度”范围作为“安全”答案。在这举个例子，如，5（3），举一个符合标准的例子。当评估判定已经符合诊断程度时，不需要让患者去列举具体的例子。不要太拘谨的看待这些要点。列出的问题只是起着指导作用，而不是结构化访谈，评估时需要根据个体具体的临床情况而定。不要去随意臆想，患者提供的答案符合某个症状，其答案就不会符合其他症状了。评估者需同时考虑症状的频率、持续时间和严重程度，以及如果情况合适的话，还需评估相关的特征，如悲痛和功能损害。

按照临床访谈的一般流程，问题应该从总体到具体。在获取评分所需的信息时，通常应尽可能少地给以提示。针对每一条目，问题应该从更开放化的访谈开始过渡到更结构化的访谈。评估者应注意维持这样的平衡，即给以最小化提示，但又确保能够获取足够的信息，从而使患者的症状评分准确的和具有代表性。特别是，状态不好的患者一般都需要更多的进一步提示，而功能好的患者可以很好的回答问题而不需要评估的提示。

每个条款的标准和组成部分

指导语: 我将针对您可能曾出现的症状询问一些问题。请牢记, 当您回答问题时, 我们针对的仅仅是您**目前**出现的, 或者**过去几天**出现的症状。

条目 1	情绪低落
	包括自我报告 和/或 观察到的行为。 达到 3 分时, 抑郁程度非常严重, 但并需要一定是极度严重。
	您过去几天的心情怎么样?
	您会感觉沮丧、悲哀或者情绪平稳吗?
	除了情绪低落外, 你还有其他感受吗?
	您会感觉到无助或者无望吗?
	您感觉未来怎么样?
	这种感觉有多强烈?
	这种感觉持续多久?
1	情绪低落 (自我感觉 和/或 他人观察到的情绪低落, 如沮丧、悲哀、悲观、无望和无助)
0	无
1	轻度 (短暂或一过性的情绪低落, 或者轻度的情绪低落)

	2	中度（明确的情绪低落，但不是持续存在，且存在着其他情绪；或中等程度的情绪低落）
	3	严重（广泛存在的或持续存在的低落情绪，程度强烈）
条目 2	睡眠紊乱	
	评分包括 失眠 （A）和 嗜睡 （B），与被访谈者的正常睡眠模式对比。评估不依赖于药物的睡眠质量。当评估总的睡眠时间时，包括白天睡眠和瞌睡，还有很短暂的睡眠。	
	您过去几天的睡眠怎么样？	
	当您的状况较好时，你通常每天睡几个小时？	
	您会时醒时睡吗？	
	您醒来时会觉得神清气爽吗？	
	您过去几个晚上每晚总睡眠时间是几个小时？	
	您白天会小睡或者瞌睡吗？一般会睡多久？	
	您现在的睡眠时间比平时增加或者减少了几个小时？	
	2	睡眠紊乱 ：包括 A 或 B（在 24 小时周期内的总睡眠时间变化，评估时排除外界因素影响）
		A 失眠 （总睡眠时间减少）

	0	无
	1	轻度（小于 2 小时）
	2	中度（2-4 小时）
	3	重度（大于 4 小时
		或
		B 嗜睡 （总睡眠时间增加，包括白天的睡眠时间）
	0	无
	1	轻度（小于 2 小时，或睡眠时间没有增加，但精力未恢复）
	2	中度（2-4 小时）
	3	重度（大于 4 小时）
条目 3		食欲紊乱
		包括 A 或 B，与其平时的饮食情况和食欲对比。
		您的食欲怎么样？
		目前，您想比平时多吃些还是少吃些？
		与平时饮食量比，您的食欲在饮食量有改变吗？
		食物会变得没有味道吗？
		您需要强迫自己去吃吗？
		您的正餐或零食量比平时更多些吗？
		您的食欲增加了吗？从而暴食？
	3	食欲紊乱 ：包括 A 或 B（食欲改变和饮食方式改变，评估时排除外界因素

	影响)
	A 食欲减退
0	无
1	轻度 (饮食量没有改变, 但是需要强迫自己去进食或者食物变得没有味道)
2	中度 (饮食量有些减少)
3	重度 (饮食量显著减少, 几乎不吃)
	或
	B 食欲增加
0	无
1	轻度 (饮食量没有改变, 但是饥饿感增加)
2	中度 (饮食量有些增加, 例如正餐)
3	重度 (饮食量或食欲)
条目 4	社交减少
	评估一下任何由个人避免或者不愿参加社交的原因所导致的社会交往和人际互动的减少情况。在其个人正常社交背景的情况下评估。
	您和平时一样, 与他人见面或互动吗?
	您目前觉得和他人一起时轻松吗?
	您会去见面或探视您平时要见的人吗?
	您会避免与人见面或接触他人吗?
	您避免接触他人的程度有多严重?

	您会避免接听电话或者接见到访者吗？
4	社交减少 （自我报告的社交参与和人际互动减少）
0	无（正常）
1	轻度（轻度减少的社交参与，但社交和人际互动的功能无影响）
2	中度（明显减少的社交参与，并出现功能受损。例如，避免社交参与或交流）
3	重度（显著减少的社交参与，或避免几乎所有形式的社会交往。例如，拒绝接听电话，拒绝探视朋友或家人）
条目 5	精力和活动减退
	应该根据自我报告和相应减少的有目的性活动去评估精力和活动减少情况。
	您会觉得和平时一样有精力和动力吗？
	您会觉得比平时更易疲倦吗？
	您会觉得比平时做事需要消耗更多的精力吗？
	您会觉得四肢很疲倦或者很沉重吗？
	这些感受会导致您的日常活动减少吗？
	因为精力减退，有什么事情您不再做了吗？
	您会花更多时间躺在床上吗？
5	精力和活动减退 （精力、动力和有目的性活动减退）
0	无

	1	轻度（能够参加日常活动，但更费劲）
	2	中度（明显的精力减退，从而导致某些特定角色的活动减少）
	3	重度（铅灰样瘫痪或者停止所有的特定角色活动。例如，花过多时间躺床，避免接听电话，个人卫生懒散）
条目 6		动机减少
		应该更具自我报告和相应的有目的性活动减少去评估动机和动力减少
		您的动机或者动力减少了吗？
		您对日常活动的兴趣是否下降了？
		您需要强迫自己去做您日常做的事情吗？
		您在做您日常做的事情吗？
		您是否停止做您日常做的事情吗？什么事情？
6		动机减少 （主观报告的动力和动机减少与相应的目的性活动减少）
	0	无（正常动机）
	1	轻度（轻度减少的动机，无功能减退）
	2	中度（减少的动机或动力，伴有明显的意志活动减退；或伴有需要大量的努力以维持正常的日常功能）
	3	重度（减少的动机或动力，例如有目的性行为或者功能出现显著减退）

条目 7	受损的专注力和记忆力
	该条目检查个人的专注力, 维持注意力的能力和维持短期记忆力的困难度。
	您会发现难以专注吗?
	您的注意力更易转移吗?
	您比平时更容易健忘吗?
	这种情况有多严重?
	您在阅读、驾驶或者看电视时有困难吗?
	这些对您的功能有影响吗? 有多少影响?
7	受损的专注力和记忆力 (主观报告的注意力、专注力或记忆力下降, 和相应的功能受损)
0	无
1	轻度 (轻度受损的注意力、专注力或记忆力, 且无功能受损)
2	中度 (明显受损的注意力、专注力, 或健忘, 且伴有某些功能受损)
3	重度 (显著受损的专注力或记忆力, 且伴有大量的功能受损。例如, 无法阅读或者看电视)
条目 8	焦虑
	本条目主要评估认知焦虑和躯体症状的程度。出现明显的躯体症状通常反应了更高的焦虑程度, 除非这些症状是来源于其他身体状况。
	您过去几天是否比平时更加焦虑或紧张?
	您是否发现会担心些平时不会困扰到您的事情?

	您是否出现了一些躯体症状，如颤抖、心悸、眩晕、头疼，发麻、冒汗、气促、心慌、腹泻？
	这种焦虑程度有多厉害？
	这些焦虑持续多久？
	这对您的维持日常功的能力有影响吗？
8	焦虑 （主观报告的担心、紧张和/或躯体焦虑症状，如颤抖、心悸、眩晕、头疼、发麻、冒汗、呼吸困难、心慌、腹泻）
	0 无
	1 轻度（轻微问题有关的短暂焦虑或紧张）
	2 中度（明显的焦虑、紧张或者担心，或者伴有躯体症状）
	3 重度（显著而持续的焦虑、紧张或担心，影响到了日常活动；或者焦虑发作）
条目 9	快感缺失
	评估个人感受日常活动乐趣的能力。
	你发现事情和平时一样有趣吗？
	您是否仍会在平时享受的事情中找到乐趣？
	什么活动仍然给您乐趣？有多大程度？
	您是否完成失去感受快乐的能力？
9	快感缺失 （主观报告的从日常活动感受快乐的能力减弱）

	0	无
	1	轻度（从日常快乐活动感受到的乐趣轻度下降）
	2	中度（从日常快乐活动感受乐趣的能力明显下降；某些单独活动的乐趣保留）
	3	重度（完全不能感受乐趣）
条目 10		情感冷淡
		您是否感到您的心情是冷淡的，或者好像您的感觉变麻木了？
		您是否感觉到您对生活中重要人物的感情变淡了？
		您是否发现很难变得兴奋、愤怒或激动起来？
		您是否感到有时您变得麻木了或者变得没有情感了？
10		情感冷淡 （情绪或者情感的强度或者波动度减小的主观感觉）
	0	无
	1	轻度（轻度受限的情感波动度，或者暂时减小的情绪强度或波动度）
	2	中度（明显受限的情绪波动度或强度，伴有某些情绪抑制，如“不能够哭”）
	3	重度（显著而广泛的情感波动度受限，或者不能感受到平时的情感）
条目 11		无价值感
		评估个体的自我价值感和自信感，与正常水平的自尊比较。
		您的自我价值感和自信感怎么样？

	您是否感觉和其他人一样有价值？
	您是否能够看到您的优点？
	您会觉得没有自己别人会过得更好吗？
11	无价值感 （自我价值或自尊下降的主观感觉或想法）
	0 无
	1 轻度（轻度下降的自我价值感）
	2 中度（某些无价值感和自尊下降的想法）
	3 重度（显著的、广泛的或者持续的无价值感。例如，感觉如果没有我，他人会过得更好，或无法看到事物的积极面）
条目 12	无助感和无望感
	本条目评估无助或无望、忧郁和沮丧的感受。
	您对未来感到乐观或者悲观？
	您感觉有能力去应对未来吗？
	您会觉得无助或者无望吗？
	这些感觉持续存在吗？
	这种感觉有多强烈？
12	无助感和无望感 （自我感觉的对未来的悲观感或沮丧感，无能力去应对，或者自我失控感）
	0 无
	1 轻度（偶尔出现的和轻度的无法像日常一样去应对的感觉；或者悲观）
	2 中度（经常感到没有能力去应对，或有时出现地明显的无助感或无望感）

	3	重度（显著而持续的悲观、无助或者无望的感受）
条目 13		自杀意念
		评估报告的死亡和自杀想法。
		您感觉生命没有价值或者没有意义了吗？
		您对死亡或者临终有什么想法吗？
		您是否觉得死去了反而更好？
		您是否曾有伤害自己的想法吗？
		您是否制定了某些计划？（有关自杀）
13	自杀意念 （生命没有价值的想法或者感觉；死亡或者自杀想法）	
	0	无
	1	轻度（生命没价值或没意义的想法）
	2	中度（临终或者死亡想法，但无具体的自杀想法或者计划）
	3	重度（自杀的想法或者计划）
条目 14		内疚
		本条目评估对真实事件或者过去事件的内疚、自责和懊悔感。根据个人对其命运的内疚感或宿命感的程度进行评估。

	您发现您会对既往发生的事件感到内疚吗？
	您会对没有做好的事情进行自我批评吗？
	这些感觉有多强烈？
	这些感觉是有时的，还是总是存在的？
	您认为这些感觉是过度了吗？
	您是否觉得患有这种病从某种程度上看是应该受到惩罚的？
14	内疚 （主观感觉的自责感，失败感，或对真实的或想象的既往错误的懊悔感）
	0 无
	1 轻度（轻度下降的自尊感或者增加自我批评感）
	2 中度（明显的失败感，自我批评感，没能力去应对的想法，或者对既往失败和失败对他人影响的反思；能够认识这种感觉是过度的）
	3 重度（显著的、广泛的或者持续的内疚感。例如，应得惩罚的感觉；或者不能认识到这种感觉是过度的）
条目 15	精神病性症状
	本条目评估精神病性症状，从超价观念到明显精神病性症状的增加。评估主要根据访谈和精神功能检查。本条目的一些信息将会从之前的条目收集。
	您是的内疚感是否影响到您做事了吗？
	您感觉自己多疑吗？
	您是否曾有异常感觉，如听到声音或者看到东西的幻觉？
	您会认为其他人觉得事情变得不寻常了吗？

15	精神病性症状 （超价观念、妄想或者幻觉的存在）	
	0	无（空白）
	1	轻度（轻度的超价观念，例如自我批评或悲观，对行为无明显影响）
	2	中度（明显的超价观念，且对行为有明显影响，例如强烈的内疚感，如果没有自己不，他们会过得更好的想法明显）
	3	重度（明显的精神病性症状，如妄想或者幻觉）
条目 16		易激惹
		您发现事情比以前更易惹您生气吗？
		您更易激惹了，或者您可以控制脾气？
		您有没有因为您的易激惹而表现得“性格不好”？
		您曾经发脾气而叫喊或者摔东西吗？
16	易激惹 （报告的非特征性主观易激惹，火爆脾气、容易生气，从言语爆发和肢体爆发更明显。）	
	0	无
	1	轻度（轻度易激惹的主观感觉；没有公众表现出）
	2	中度（言语暴躁和易怒，访谈中清晰可见的）
	3	重度（肢体爆发的报告，例如：扔东西、打碎东西，或者显著的粗鲁言语爆发）
条目 17		不稳定性

	在过去的几天里，您经历过情绪波动吗？
	这些情绪波动有多强烈？
	这种情况出现的频率怎样？
17	不稳定性 （观察到的情绪不稳定性或者报告的情绪波动性）
	0 无
	1 轻度（主观报告的情绪不稳定性轻度增加）
	2 中度（情绪不稳定性明显观察到，中等强度）
	3 重度（显著的和占主导的情绪不稳定性，频繁的或者急剧的情绪波动）
条目 18	动力增加
	本条目评估包括主观报告的和观察到的运动动力和活动增加的。此条目应该包含目的性活动和非目的性活动。
	与过去几天比，您变得更活跃了吗？
	您感觉到比平时更有精力和动力吗？增加了多少？
	您曾因为这样做了更多事情吗？
18	动力增加 （动力和活动增加的主观报告和客观证据）
	0 无（正常动力）
	1 轻度（动力轻度增加，访谈中没有观察到）
	2 中度（清楚的和观察到的精力和动力增加）
	3 重度（显著的或者持续的动力增加）

条目 19		言语增多
	本条目评估言语或者思维的速度或者量的增加。它主要根据观察报告评估，虽然也会考虑到主观报告。	
	您是否发现您比平时想说更多吗？	
	您是否发现您比平时更会打断他人话吗？	
	您的想法比平时转得更快吗？	
	您是否发现您有很多想法要告诉他人？	
19	言语增多 （观察到的语速或语量的增加，或思维奔逸）	
	0	无
	1	轻度（言语的速度和量轻度增加）
	2	中度（思维联想加快，明显更健谈，容易分心，或有些赘述；不妨碍访谈）
	3	重度（思维奔逸；妨碍访谈）
条目 20		兴奋
	本条目评估观察的坐立不安和兴奋，尽管也会考虑主观报告	
	您发现您比平时更坐立不安吗？	
	您感觉焦躁吗？	
	您觉得很难安静地坐着吗？	
	这种感觉有多强烈？	

20	兴奋（观察到坐立不安或兴奋）
0	无（正常）
1	轻度（轻度的坐立不安）
2	中度（兴奋程度明显增加）
3	重度（显著的兴奋，例如持续走动或者搓手）