

# Rating Scale for Bipolar Depression (BDRS)

**VEJLEDNING:** ”Jeg vil gerne stille dig et par spørgsmål om nogle symptomer, du måske har. Når du svarer, beder jeg dig huske på, at vi kun fokuserer på, hvordan du har det lige nu og hvordan du har haft det i de *seneste par dage*.”

Sæt kryds eller hak (✓) ved ét svar for hvert af disse spørgsmål.

## 1. NEDSAT STEMNINGSLIJE

*Selv-rapporteret og/eller observeret depression, der viser sig i form af dystrehed, tristhed, pessimisme, håbløshed og hjælpeløshed*

- 0 Ingen
- 1 Let [korte eller kortvarige perioder med nedtrykhed eller let nedsat stemningsleje]
- 2 Moderat [den nedtrykte sindsstemning er klart, men ikke konstant, til stede, og der bliver givet udtryk for andre følelser, eller depressionen er moderat stærk]
- 3 Svær [gennemgribende og konstant nedtrykhed af udpræget intensitet]

## 2. SØVNFORSTYRRELSE: giv point i enten A eller B

*Ændring i total søvnmængde i en døgncyklus, vurderet uden at tage påvirkningen fra eksterne faktorer med i betragtning*

### A: Nedsat søvnlængde (reduktion i total søvnmængde)

- 0 Ingen
- 1 Let [op til 2 timer]
- 2 Moderat [2-4 timer]
- 3 Svær [mere end 4 timer]

### ELLER

### B: Øget søvnlængde (øget total søvnmængde inklusive søvn i dagtimerne)

- 0 Ingen
- 1 Let [mindre end 2 timer eller normal mængde, men uden at være udsovet]
- 2 Moderat [mere end 2 timer]
- 3 Svær [mere end 4 timer]

## 3. APPETITFORSTYRRELSE: Appetitforstyrrelse: giv point i enten A eller B

*Ændring i appetit og madindtagelse, vurderet uden at tage påvirkningen fra eksterne faktorer med i betragtning*

### A: Nedsat appetit

- 0 Ingen
- 1 Let [ingen ændring i madindtagelse, men skal tvinge sig selv til at spise eller rapporterer, at maden har mistet sin smag]
- 2 Moderat [nogen aftagen i madindtagelse]
- 3 Svær [udpræget nedgang i madindtagelse, spiser knapt nok]

## ELLER

### B: Øget appetit

- 0 Ingen
- 1 Let [ingen ændring i madindtagelse, men øget sult]
- 2 Moderat [noget øget madindtagelse, f.eks. trøstespisning]
- 3 Svær [udpræget øgning af madindtagelse eller spisetrang]

## 4. NEDSAT SOCIAL KONTAKT

*Angiver ringere social kontakt, engagement og samvær med andre*

- 0 Ingen [normal]
- 1 Let [lidt mindre social interesse, dog uden nedsat funktionsevne på det sociale eller interpersonelle område]
- 2 Moderat [tydeligt mindre socialt engagement med visse funktionsforstyrrelser til følge, undgår f.eks. visse former for socialt samvær eller samtaler med andre]
- 3 Svær [udpræget nedgang i samvær med andre og undgår næsten enhver form for social kontakt, nægter f.eks. at tage telefonen eller at have venner eller familie på besøg]

## 5 NEDSAT ENERGI

*Tilbagegang i energi, handlekraft og målrettet adfærd*

- 0 Ingen
- 1 Let [er i stand til at gennemføre de sædvanlige aktiviteter, men skal bruge flere kræfter]
- 2 Moderat [betydelig nedgang af energiniveau, som resulterer i nedsættelse af visse rollerelaterede aktiviteter]
- 3 Svær [blytunghed i kroppen eller opgivelse af alle rollerelaterede aktiviteter, tilbringer f.eks. urimelig meget tid i sengen, tager ikke telefonen, ringe personlig hygiejne]

## 6. NEDSAT MOTIVATION

*Rapporter af subjektivt oplevet forringelse af handlekraft, motivation og som følge deraf, målrettet aktiviteter*

- 0 Ingen [normal motivation]
- 1 Let [let forringelse af motivation uden nedsat funktionsevne]
- 2 Moderat [forringet motivation eller handlekraft med tydeligt nedsat viljesbestemt aktivitet eller der kræves en betydelig anstrengelse for at opretholde det sædvanlige funktionsniveau]
- 3 Svær [forringet motivation eller handlekraft i en grad, så målrettet adfærd eller funktionsevne er udpræget forringet]

## 7. KONCENTRATIONSFORSTYRRELSER

*Rapporterer subjektivt oplevet forringet opmærksomhed, koncentrationsevne eller hukommelse og deraf følgende nedsat funktionsevne*

- 0 Ingen
- 1 Let [let forringelse af opmærksomhed, koncentrationsevne eller hukommelse, uden nedsættelse af funktionsevnen]
- 2 Moderat [signifikant forringelse af opmærksomhed og/eller koncentrationsevne, samt eventuel glemsomhed med nogen nedsættelse af funktionsevnen].
- 3 Svær [udpræget nedsættelse af koncentrationsevnen eller hukommelsen med betydeligt nedsat funktionsevne], f.eks. ikke i stand til at læse eller se TV.

## 8.            **ANGST**

*Rapporterer subjektivt oplevet angst, anspændthed og/eller somatiske angstsymptomer, som f.eks. rysten/hjertebanken/svimmelhed/ørhed/prikken og stikken/øget svedtendens/dyspnø/sommerfugle i maven eller diarré*

- 0    Ingen
- 1    Mild [forbigående bekymring eller anspændthed om mindre ting]
- 2    Moderat [signifikant angst, anspændthed eller bekymring eller med ledsagende somatiske træk]
- 3    Svær [udpræget vedvarende angst, anspændthed eller bekymring, der har en negativ effekt på de normale aktiviteter, eller med panikanfald]

## 9.            **ANHEDONI**

*Subjektivt nedsat evne til at opleve glæde ved de sædvanlige aktiviteter*

- 0    Ingen
- 1    Let [let forringet evne til at opleve glæde ved normalt lystbetonede aktiviteter]
- 2    Moderat [signifikant nedsat glæde ved sædvanligvis lystbetonede aktiviteter, dog stadig nogen glæde ved enkelte aktiviteter]
- 3    Svær [overhovedet ikke i stand til at føle glæde]

## 10.           **AFFEKTAFFLADNING**

*Subjektivt oplevet nedsat intensitet og spændvidde i det sædvanlige følelsesregister*

- 0    Ingen
- 1    Let [let begrænset affektspændvidde eller forbigående nedsat følelsesmæssig intensitet]
- 2    Moderat [signifikant begrænset spændvidde eller intensitet af følelser (f.eks. ikke i stand til at græde), men med bevarelse af visse følelser,]
- 3    Svær [udpræget og gennemgribende begrænsning i affektspændvidde eller manglende evne til at opleve de sædvanlige følelser]

## 11.           **VÆRDILØSHED**

*Subjektive følelser eller tanker om nedsat selvværd eller selvtillid*

- 0    Ingen
- 1    Let [Let nedsat selvværd]
- 2    Moderat [visse tanker om manglende værd og nedsat selvværd]
- 3    Svær [udpræget, gennemgribende eller vedholdende følelse af manglende værd, f.eks., at det ville være bedre for andre, hvis han/hun ikke var der, ikke i stand til sætte pris på egne positive egenskaber]

## 12.           **HJÆLPELØSHED OG HÅBLØSHED**

*Subjektiv fornemmelse af pessimisme eller forstemthed med hensyn til fremtiden, manglende evne til at klare tingene, eller fornemmelse af at have mistet kontrollen*

- 0    Ingen
- 1    Let [lejlighedsvis og let følelse af ikke at kunne klare tingene så godt som for eller pessimisme]
- 2    Moderat [føler sig ofte ikke i stand til at klare tingene eller signifikant følelse af hjælpeløshed eller håbløshed, som dog til tider aftager]
- 3    Svær [udpræget og vedvarende oplevelse af pessimisme, hjælpeløshed eller håbløshed]

### 13. SUICIDALE IMPULSER

*Tanker om, eller en følelse af, at livet ikke er værd at leve; tanker om døden eller selvmord*

- |                          |   |  |
|--------------------------|---|--|
| <input type="checkbox"/> | 0 | Ingen  |
| <input type="checkbox"/> | 1 | Let [tanker om at livet ikke er værd at leve eller er uden mening]                     |
| <input type="checkbox"/> | 2 | Moderat [tanker om at dø eller om døden, men uden aktive selvmordstanker eller planer] |
| <input type="checkbox"/> | 3 | Svær [tanker om selvmord eller planer for selvmord]                                    |

### 14. SKYLDFØLELSER

*Subjektiv følelse af selvbebrejdelser, svigt eller samvittighedsqual over virkelige eller indbildte tidligere fejl*

- |                          |   |  |
|--------------------------|---|--|
| <input type="checkbox"/> | 0 | Ingen  |
| <input type="checkbox"/> | 1 | Let [let nedsat selvagtelse eller øget selvkritik]   |
| <input type="checkbox"/> | 2 | Moderat [signifikante tanker om svigt, selvkritik, manglende evne til at klare tingene eller grublerier over tidligere svigt og deres effekt på andre, i stand til at erkende at tankerne er overdrevne] |
| <input type="checkbox"/> | 3 | Svær [udprægede, gennemgribende eller vedvarende skyldfølelser, f.eks. en følelse af at fortjene straf; eller erkender ikke klart tankerne som overdrevne.]  |

### 15. PSYKOTISKE DEPRESSIVE SYMPTOMER

*Tilstedeværelsen af overvurderede ideer, vrangforestillinger eller hallucinationer*

- |                          |   |  |
|--------------------------|---|--|
| <input type="checkbox"/> | 0 | Ingen [ikke til stede]   |
| <input type="checkbox"/> | 1 | Let [lette overvurderede ideer, f.eks. selv-kritik eller pessimisme uden klar indvirkning på adfærd]   |
| <input type="checkbox"/> | 2 | Moderat [signifikant overvurderede ideer med klar indvirkning på adfærd, f.eks., stærke skyldfølelser, udtrykkelige tanker om at det ville være bedre for andre, at han/hun var borte] |
| <input type="checkbox"/> | 3 | Svær [tydelige psykotiske symptomer, f.eks. vrangforestillinger eller hallucinationer]   |

### 16. IRRITABILITET

*Rapporterer ukarakteristisk subjektiv irritabilitet, kort lunte, let til vrede som kommer til udtryk i verbale eller fysiske udbrud*

- |                          |   |   |
|--------------------------|---|---|
| <input type="checkbox"/> | 0 | Ingen   |
| <input type="checkbox"/> | 1 | Let [let subjektiv irritabilitet, måske ikke tydeligt til stede]  |
| <input type="checkbox"/> | 2 | Moderat [verbal bidskhed og irritabilitet som klart kan observeres under interviewet]                         |
| <input type="checkbox"/> | 3 | Svær [rapporterer fysiske udbrud, f.eks. at kaste med/slå ting i stykker eller udpræget grove verbale udbrud] |

### 17. LABILT STEMNINGSLIJE

*Observeret stemningslabilitet eller rapporterede humørsvingninger*

- |                          |   |  |
|--------------------------|---|--|
| <input type="checkbox"/> | 0 | Ingen  |
| <input type="checkbox"/> | 1 | Let [subjektivt rapporteret let øget stemningslabilitet]                                     |
| <input type="checkbox"/> | 2 | Moderat [klar tilstedeværelse af stemningslabilitet, moderat intensitet]                     |
| <input type="checkbox"/> | 3 | Svær [udpræget og dominerende stemningslabilitet, hyppige eller dramatiske humørsvingninger] |

## 18. ØGET MOTORISK AKTIVITET

### *Subjektivt rapporteret og objektive tegn på øget motorisk aktivitet*

- |                          |   |   |
|--------------------------|---|---|
| <input type="checkbox"/> | 0 | Ingen [normal motorisk aktivitet]   |
| <input type="checkbox"/> | 1 | Let [let øget trang til motorisk aktivitet, som dog ikke ses under interviewet] |
| <input type="checkbox"/> | 2 | Moderat [tydelig og observerbar øgning i energi og motorisk aktivitet]          |
| <input type="checkbox"/> | 3 | Svær [udpræget eller vedvarende øget motorisk aktivitet]                        |

## 19. ØGET TALEPRES

### *Observeret øgning i enten talehastigheden eller talemængden eller observerbar tankeflugt*

- |                          |   |   |
|--------------------------|---|---|
| <input type="checkbox"/> | 0 | Ingen   |
| <input type="checkbox"/> | 1 | Let [let øget talehastighed eller -mængde]  |
| <input type="checkbox"/> | 2 | Moderat [tankerne farer af sted, tydeligt mere snakkesaglig, meget letafledelig eller noget omstændelig, forhindrer ikke interviewet] |
| <input type="checkbox"/> | 3 | Svær [tankeflugt; forhindrer interviewet]   |

## 20. AGITATION

### *Observeret rastløshed eller agitation*

- |                          |   |   |
|--------------------------|---|---|
| <input type="checkbox"/> | 0 | Ingen [normal]  |
| <input type="checkbox"/> | 1 | Let [let rastløshed]  |
| <input type="checkbox"/> | 2 | Moderat [klart øget agitation]  |
| <input type="checkbox"/> | 3 | Svær [udpræget agitation, går f.eks. uophørligt frem og tilbage, eller vrider hænder] |