

## GDS þunglyndiskvarði

Veldu það svar sem lýsir best líðan þinni í síðustu viku

1. Ert þú yfirleitt sátt/ur við lífið og tilveruna?	JÁ	NEI
2. Stundarðu áhugamál þín minna en þú ert vön/vanur?	JÁ	NEI
3. Finnst þér tilveran tómleg?	JÁ	NEI
4. Leiðist þér oft?	JÁ	NEI
5. Ertu yfirleitt í góður skapi?	JÁ	NEI
6. Óttastu að eitthvað slæmt muni henda þig?	JÁ	NEI
7. Ertu yfirleitt ángæð/ánægður?	JÁ	NEI
8. Finnst þér þú oft vera hjálparvana?	JÁ	NEI
9. Viltu heldur vera heima en fara og fást við eitthvað nýtt?	JÁ	NEI
10. Finnst þér minni þitt verra en minni flestra jafnaldra þinna?	JÁ	NEI
11. Nýturðu lífsins þessa dagana?	JÁ	NEI
12. Finnst þér þú vera einskis nýt/ur þessa dagana?	JÁ	NEI
13. Finnst þér þú vera full/ur orku?	JÁ	NEI
14. Finnst þér aðstæður þínar vera vonlausar?	JÁ	NEI
15. Finnst þér flestir hafa það betra en þú?	JÁ	NEI

Heimildir:

Friedman, B., Heisel, M. J., & Delavan, R. L. (2005). Psychometric properties of the 15-item geriatric depression scale in functionally impaired, cognitively intact, community-dwelling elderly primary care patients. *Journal of the American Geriatrics Society*, 53(9), 1570-1576.

Margrét Valdimarsdóttir, Jón Eyjólfur Jónsson, Sif Einarsdóttir og Kristinn Tómasson (2000). Þunglyndismat fyrir aldraða – íslensk gerð Geriatric Depression Scale (GDS). *Læknablaðið*, 86(5), 344-348.

Yesavage, J. A., Brink, T. L., Rose, T. L., Lum, O., Huang, V., Adey, M., & Leirer, V. O. (1982). Development and validation of a geriatric depression screening scale: a preliminary report. *Journal of psychiatric research*, 17(1), 37-49.

<b>Svarblað fyrir Þunglyndismat fyrir aldraða - GDS</b>			<b>Eitt stig fyrir skyggt svæði</b>
1. Ert þú yfirleitt sátt/ur við lífið og tilveruna?	JÁ	NEI	
2. Stundarðu áhugamál þín minna en þú ert vön/vanur?	JÁ	NEI	
3. Finnst þér tilveran tómleg?	JÁ	NEI	
4. Leiðist þér oft?	JÁ	NEI	
5. Ertu yfirleitt í góður skapi?	JÁ	NEI	
6. Óttastu að eitthvað slæmt muni henda þig?	JÁ	NEI	
7. Ertu yfirleitt ángæð/ánægður?	JÁ	NEI	
8. Finnst þér þú oft vera hjálparvana?	JÁ	NEI	
9. Viltu heldur vera heima en fara og fást við eitthvað nýtt?	JÁ	NEI	
10. Finnst þér minni þitt verra en minni flestra jafnaldra þinna?	JÁ	NEI	
11. Nýturðu lífsins þessa dagana?	JÁ	NEI	
12. Finnst þér þú vera einskis nýt/ur þessa dagana?	JÁ	NEI	
13. Finnst þér þú vera full/ur orku?	JÁ	NEI	
14. Finnst þér aðstæður þínar vera vonlausar?	JÁ	NEI	
15. Finnst þér flestir hafa það betra en þú?	JÁ	NEI	

Ef merkt er við svar sem er á skyggðu svæði er gefið eitt stig

**0-5 stig ekki vísbending um þunglyndi**

**6-10 stig vísbending um miðlungs þunglyndi**

**11-15 stig vísbending um alvarlegt þunglyndi**