

Vastauspäivämäärä \_\_\_\_\_

Potilaan nimi \_\_\_\_\_ Henkilötunnus \_\_\_\_\_

Seuraavat kysymykset käsittelevät ahdistuneisuutta ja pelkoa. Valitse jokaisen kysymyksen kohdalla se vaihtoehto, mikä parhaiten kuvaa kokemustasi **viimeisen viikon aikana**.

1. **Kuinka usein** olet tuntenut ahdistuneisuutta?

- 0 *En kertaakaan*
- 1 *Harvoin*
- 2 *Ajoittain*
- 3 *Usein*
- 4 *Koko ajan*

2. **Kun olet ahdistunut, kuinka voimakasta tai vakavaa ahdistuneisuutesi on?**

- 0 *Ahdistuneisuutta ei ole*
- 1 *Lievää*
- 2 *Kohtalaista*
- 3 *Vakavaa*
- 4 *Äärimmäistä*

3. **Kuinka usein välttelet tilanteita, paikkoja, kohteita ja esineitä tai toimintoja** ahdistuneisuuden tai pelon vuoksi?

- 0 *En lainkaan*
- 1 *Harvoin*
- 2 *Ajoittain*
- 3 *Usein*
- 4 *Koko ajan*

4. **Kuinka paljon ahdistuneisuutesi häiritsi kykyäsi tehdä ja toimia** töissä, koulussa tai kotona?

- 0 *Ei lainkaan*
- 1 *Vähän*
- 2 *Kohtalaisesti*
- 3 *Vakavasti*
- 4 *Äärimmäisen voimakkaasti*

5. **Kuinka paljon ahdistuneisuus on häirinnyt sosiaalista elämääsi tai ihmissuhteitasi?**

- 0 *Ei lainkaan*
- 1 *Lievästi*
- 2 *Kohtalaisesti*
- 3 *Vakavasti*
- 4 *Äärimmäisen voimakkaasti*

Pisteet yhteensä: \_\_\_\_\_

### Pisteytys ja tulkinta

Kaikki viisi kysymystä pisteytetään asteikolla 0-4. Tämän jälkeen kysymysten pisteet lasketaan yhteen.

Mitä enemmän pisteitä potilas saa, sitä voimakkaammasta ahdistuksesta on kyse. Kahdeksaa pistettä pidetään yleisesti rajana mahdolliselle ahdistuneisuushäiriölle. Pisteraja on suuntaa antava ja diagnoosi tulee aina varmentaa diagnostisen haastattelun avulla.