

GAD-7 självskattningsfrågor

Har du under de senaste två veckorna besvärats av något av detta?

	Inte alls	Flera dagar	Flertalet dagar	Så gott som dagligen
Känt mig nervös, orolig, spänd				
Inte kunnat låta bli att ängslas				
Ängslats för mycket för olika saker				
Haft svårt att koppla av				
Varit så rastlös att det varit svårt att sitta still				
Varit retlig och lättstörd				
Varit rädd, som om något förfärligt skulle kunna hända				

Om något av detta förekommit, hur påverkade det din arbetsförmåga, hemsysslor och relationer?

- Inte alls
- Lite
- Mycket
- Påtagligt störande

GAD-7

Poäng

Inte alls = 0

Flera dagar = 1

Flertalet dagar = 2

Så gott som dagligen = 3

GAD

5=mild GAD

10=moderat GAD

15=svår GAD

Vid ≥ 10 rekommenderas fördjupad diagnostisering.