

שאלון חרדה- המילטון

4 חמור מאוד	3 חמור	2 בינוני	1 חלש	0 לא קיים	תיאור	תכונה	
					דאגות, ציפייה לרע ביותר, ציפייה מלאת פחד, רוגזנות	מצב רוח חרדתי	1.
					תחושות של מתח, עייפות, תגובות קופצניות, הגעה קלה לדמעות, תחושות של אי שקט, חוסר יכולת להירגע	מתח	2.
					פחד מחשיכה, מזרים, מלהיות לבד, מבעלי חיים, ממכוניות, מקהל	פחדים	3.
					קושי להירדם, שינה מקוטעת, שינה לא מספקת, עייפות ביקיצה, חלומות, סיטים, חלומות אימה	חוסר שינה	4.
					קשיים בריכוז, זיכרון גרוע	חשיבה	5.
					חוסר עניין, חוסר הנאה מתחביבים, דיכאון, יקיצה מוקדמת, שינוי בוקר-ערב	מצב רוח דיכאוני	6.
					כאבים שונים, עיקצוצים, כיוצי שרירים לא רצוניים, חריקת שיניים, עלייה במתח שרירים, קול רועד ולא יציב	שרירי-סומטי	7.
					צלולים באוזניים, טשטוש ראייה, הבזקי קור וחום, תחושות של חולשה, תחושת דקירה	סנסורי-סומטי	8.
					דופק מהיר, כאב בחזה, תחושת עילפון, החסרת פעימות, תחושת דפיקות בורידים	סימפטומים של הלב	9.
					לחץ או כיווץ בחזה, תחושת חנק, אנחות, הפרעות בנשימה, חוסר אוויר	סימפטומים נשימתיים	10.
					קושי בבליעה, גזים, כאבי בטן, שיהוקים, תחושות שריפה/צריבה, בחילה והקאה, ירידה במשקל, עצירות, שלשול	סימפטומים של מערכת העיכול	11.
					הגברה/ירידה בשתן, התפתחות פריג'ידיות, שפיכה מוקדמת, ירידה בדחף המיני, אימפוטנטיות, איבוד וסת, דימום ויסתי מוגבר	סימפטומים מיניים	12.
					פה יבש, הסמקה, נטייה להזיע, כאבי ראש ממתח, חיורון, שיער סומר, סחרחורת	סימפטומים אוטונומים	13.
					אי שקט, רעד בידיים, בעיות בבליעה, אנחות או נשימה מהירה, פנים מאומצים, בליעת רוק, תנועות חדות, אישונים מורחבים ועוד	התנהגות במהלך הראיון (למילוי ע"י המטפל)	14.

בברכה,

מוטספא אבו אוסל, עו"ס קליני M.A

פסיכותרפיסט דינמי והתנהגותי קוגניטיבי CBT