

## MADRS - Montgomery-Åsberg Depressionsskala

### 1 Sänkt grundstämning

Avser sänkning av det emotionella grundläget (till skillnad från situationsutlösta affekter). Omfattar dysterhet, tungsinne och nedstämdhet som manifesterar sig i mimik, kroppshållning och rörelsemönster.

Bedömningen baseras på utpräglingsgrad och avledbarhet. (Förhöjd grundstämning skattas "0")

- 0 Neutralt stämningssläge.
- 1
- 2 Ser genomgående nedstämd ut, men kan tillfälligt växla till en ljusare sinnesstämning.
- 3
- 4 Ser nedstämd och olycklig ut oavsett samtalsämne.
- 5
- 6 Genomgående uttryck för extrem dysterhet, tungsinne eller förtvivlad olycka.

### 2 Nedstämdhet

Avser uppgift om sänkt grundstämning oavsett om den tar sig yttre uttryck eller ej. Omfattar känslor av sorgsenhet, olycklighet, tungsinthet, hopplöshet och hjälplöshet. Bedömningen baseras på intensitet, varaktighet och i vilken grad sinnesstämningen påverkas av yttre omständigheter. (Förhöjd sinnesstämning skattas "0")

- 0 Neutralt stämningssläge. Kan känna såväl tillfällig munterhet som nedstämdhet, alltefter omständigheterna, utan övervikt för det ena eller andra stämningssläget.
- 1
- 2 Övervägande upplevelser av nedstämdhet men ljusare stunder förekommer.
- 3
- 4 Genomgående nedstämdhet och dyster till sinnet. Sinnesstämningen påverkas av yttre omständigheter.
- 5
- 6 Genomgående upplevelser av maximal nedstämdhet.

### 3 Ängestkänslor

Avser känslor av vag psykisk olust eller en obehaglig inre spänning, ångest, skräck eller inre oro, som kan stegras till panik. Bedömningen baseras på intensitet, frekvens, duration och behov av hjälp. (Särhålls från 2 Nedstämdhet)

- 0 Mestadels lugn.
- 1
- 2 Tillfälliga känslor av obehaglig psykisk spänning.
- 3
- 4 Ständig känsla av inre oro, någon gång stegrad till panik, som endast med viss svårighet kan bemästras.
- 5
- 6 Långdragna panikattacker. Överväldigande känslor av skräck eller dödsångest, som ej kan bemästras på egen hand.

### 4 Minskad nattsömn

Avser uppgifter om minskad sömntid eller sömndjup i förhållande till de ordinära sömnvanorna. (Ökad sömn skattas "0")

- 0 Sover som vanligt.
- 1
- 2 Måttliga insomningssvårigheter eller kortare, ytligare och/eller oroligare sömn än vanligt.
- 3
- 4 Minskad sömntid (minst 2 timmar mindre än normalt). Vaknar ofta under natten även utan yttre störningar.
- 5
- 6 Mindre än 2-3 timmars nattsömn totalt.

### 5 Minskad aptit

Avser upplevelser av att aptiten är sämre än normalt.

- 0 Normal eller ökad aptit.
- 1
- 2 Dålig matlust.
- 3
- 4 Aptit saknas nästan helt, maten smakar inte, måste tvinga sig att äta.
- 5
- 6 Måste övertalas att äta något överhuvudtaget. Matvägran.

### 6 Koncentrationssvårigheter

Avser svårigheter att samla tankarna eller koncentrera sig. Bedömningen baseras på intensitet, frekvens och i vilken mån olika aktiviteter försvåras.

- 0 Inga koncentrationssvårigheter.
- 1
- 2 Tillfälligt svårt att hålla tankarna samlade vid t.ex. läsning eller TV-tittande.
- 3
- 4 Uppenbara koncentrationssvårigheter som försvårar läsning eller samtal.
- 5
- 6 Kontinuerliga, invalidiserande koncentrationssvårigheter.

### 7 Initiativlöshet

Avser den subjektiva upplevelsen av initiativlöshet, känslan av att behöva övervinna ett motstånd innan en aktivitet kan påbörjas.

- 0 Ingen svårighet att ta itu med nya uppgifter.
- 1
- 2 Lätta igångsättningsvårigheter.
- 3
- 4 Svårt att komma igång även med normalt enkla rutinuppgifter, men som nu kräver stor ansträngning.
- 5
- 6 Oförmåga att ta initiativ till de enklaste aktiviteterna. Kan inte påbörja någon verksamhet på egen hand.

### 8 Minskat känslomässigt engagemang

Avser upplevelser av minskat intresse för omvärlden eller för sådana aktiviteter som vanligen bereder nöje eller glädje.

Subjektiv oförmåga att reagera känslomässigt inför människor eller företeelser i omgivningen.

- 0 Normalt intresse för omvärlden och för andra människor.
- 1
- 2 Svårigheter att finna nöje i sådant som vanligen väcker intresse. Minskad förmåga att bli arg eller irriterad.
- 3
- 4 Ointresse av omvärlden. Upplevelser av likgiltighet inför vänner och bekanta.
- 5
- 6 Total oförmåga att känna adekvat sorg eller vrede. Total eller smärtsam likgiltighet och oförmåga att uppleva känslor även för närstående.

### 9 Depressivt tankeinnehåll

Avser självförelser, självanklagelser, föreställningar om synd och skuld, mindervärdighet och ekonomisk ruin.

- 0 Inga pessimistiska tankar.
- 1
- 2 Fluktuerande självförelser och mindervärdesideer.
- 3
- 4 Ständiga självanklagelser. Klara men inte orimliga tankar om synd eller skuld. Uttalat pessimistisk framtidssyn.
- 5
- 6 Absurda föreställningar om ekonomisk ruin och oförlätliga synder. Absurda självanklagelser.

### 10 Livsleda eller självmordstankar

Avser upplevelser av livsleda, dödsönskningar och självmordstankar samt förberedelser för självmord.

Eventuella självmordsförsök påverkar ej i sig skattningen.

- 0 Ordinär livslust. Inga självmordstankar.
- 1
- 2 Livsleda, men inga eller endast vaga dödsönskningar.
- 3
- 4 Självmordstankar förekommer och självmord betraktas som en tänkbar utväg, men ingen bestämd självmordsavsikt.
- 5
- 6 Uttalade avsikter att begå självmord när tillfälle bjuds. Aktiva förberedelser för självmord.

Total poäng av MADRS: