

№ _____

Инициалы _____

Дата заполнения _____._____._____

ШКАЛА NCL-32

ЖИЗНЕННЫЙ ТОНУС, АКТИВНОСТЬ И НАСТРОЕНИЕ

В жизни любого человека бывают периоды «подъема» и «спада», сопровождающиеся изменениями жизненного тонуса, активности и настроения. Цель настоящего вопросника состоит в том, чтобы получить подробное описание периодов «подъема».

1) Прежде всего, опишите, как Вы себя чувствуете сегодня, по сравнению с Вашим обычным состоянием:

2)

Значительно хуже, чем обычно	Хуже, чем обычно	Немного хуже, чем обычно	Не лучше и не хуже, чем обычно	Немного лучше, чем обычно	Лучше, чем обычно	Значительно лучше, чем обычно
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2) Как Вы обычно оцениваете себя по сравнению с другими людьми? Сделайте это вне зависимости от того, как Вы чувствуете себя сегодня. Выберите формулировку, которая наиболее точно отражает Вашу оценку себя по сравнению с другими.

... я такой же, как все	... я в общем получше	... я в общем похуже	... то лучше, то хуже, причем такие периоды повторяются
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3) Попробуйте припомнить период “повышенного” состояния. Как Вы себя тогда чувствовали? Пожалуйста, отвечайте на вопросы независимо от того, как Вы себя чувствуете сейчас.

		Да	Нет
1.	Мне требовалось меньше времени на сон	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	У меня было больше энергии, и я был (была) более активным	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Я был (была) более уверен в себе	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Работа доставляла мне больше удовольствия	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Я стал более общительным (чаще звонил по телефону, больше выходил из дому)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Мне хотелось путешествовать, и я действительно ездил гораздо больше	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Я стал водить автомобиль с большей скоростью и чаще рисковал	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Я тратил больше (слишком много) денег	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	В повседневной жизни я чаще попадал в	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

		Да	Нет
	рискованные ситуации (и на работе, и в других обстоятельствах)		
10.	Я стал больше двигаться (заниматься спортом и т.д.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	У меня было много планов и проектов	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	Я стал более изобретательным, у меня было много идей	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.	Я стал менее застенчивым и «закомплексованным»	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.	Я одевался (одевалась) более ярко и экстравагантно (использовала более яркий макияж)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.	Мне хотелось чаще встречаться с людьми, и я действительно общался со многими	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.	Секс стал интересовать меня больше, чем обычно, половое влечение повысилось	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.	Я стал чаще флиртовать и (или) был более активен в сексуальном отношении	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.	Я много говорил	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.	Я думал быстрее, чем обычно	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.	Я много шутил и каламбурил	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.	Я легко отвлекался	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.	У меня появилось много новых занятий	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.	У меня мысли перескакивали с одного на другое	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.	Я все делал гораздо быстрее и легче, чем обычно	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25.	Я стал более нетерпеливым и легко раздражался	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26.	Я раздражал и утомлял окружающих	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27.	Я часто ссорился	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28.	Настроение у меня было приподнятым и оптимистичным	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29.	Я пил много кофе	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.	Я много курил	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31.	Я больше и чаще выпивал	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32.	Я принимал больше лекарств (седативных, анксиолитиков, стимуляторов)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4) Влияние подъемов настроения на разные аспекты Вашей жизни:

	И положительное, и отрицательное	Положительное	Отрицательное	Никакого влияния
Семья	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Общение	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Работа	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Досуг	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5) Реакция окружающих на Ваши подъемы настроения.

Как Ваши близкие реагировали, когда Вы были в состоянии «подъема», и что они об этом говорили?

Положительная реакция (Вас ободряли и поддерживали)	Нейтральная реакция	Отрицательная реакция (озабоченность, раздражение, неодобрение)	И положительная, и отрицательная реакция	Никакой реакции
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6) Продолжительность периодов подъема (в среднем):

(Выберите только ОДИН из предлагаемых вариантов ответа)

<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 1 день	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> дольше недели
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 2-3 дня	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> дольше месяца
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4-7 дней	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> мне трудно судить (не знаю) <input type="checkbox"/>

7) Случались ли у Вас такие состояния в последние двенадцать месяцев?

Да Нет

8) Если да, то сколько дней в общей сложности продолжались эти периоды (в последние двенадцать месяцев)?

В общей сложности примерно дней

ИНДЕКС БИПОЛЯРНОСТИ

1. Описание эпизода

20	<input type="radio"/>	Документально засвидетельствованный маниакальный или смешанный эпизод с яркой эйфорией, маниакальным поведением при отсутствии сведений о медикаментозной или иной вторичной этиологии состояния
15	<input type="radio"/>	Очерченный острый эпизод смешанного, гневливого или маниакального характера при отсутствии сведений о медикаментозной или иной вторичной этиологии состояния
10	<input type="radio"/>	Очерченная гипомания при отсутствии сведений о медикаментозной или иной вторичной этиологии состояния
	<input type="radio"/>	Очерченная циклотимия при отсутствии сведений о медикаментозной или иной вторичной этиологии состояния
	<input type="radio"/>	Очерченная мания, спровоцированная приемом антидепрессантов
5	<input type="radio"/>	Очерченная гипомания, спровоцированная приемом антидепрессантов
	<input type="radio"/>	Эпизоды состояний, близких к гипоманиакальным, однако выраженность и продолжительность симптомов недостаточная для констатации гипомании, либо симптоматика соответствует критериям циклотимии
	<input type="radio"/>	Единичный большой депрессивный эпизод с психотическими или атипичными симптомами. Атипичные симптомы (для диагноза необходимо наличие как минимум двух симптомов): чрезмерная сонливость, булимия, нарушение моторики.
	<input type="radio"/>	Депрессия после разлуки
2	<input type="radio"/>	Типичное рекуррентное (униполярное) большое депрессивное расстройство
	<input type="radio"/>	Анамнестические сведения о психотических симптомах любой природы (брёда, галлюцинаций, идей воздействия, магического мышления)
0	<input type="radio"/>	В анамнезе отсутствуют сведения о значимых повышениях настроения, рекуррентной депрессии или психотических симптомах.

2. Возраст начала заболевания (первого эпизода)

20	<input type="radio"/>	15-19 лет
15	<input type="radio"/>	Ранее 15 лет или 20-30 лет
10	<input type="radio"/>	30-45 лет
5	<input type="radio"/>	После 45 лет
0	<input type="radio"/>	Аффективных эпизодов, либо симптоматики, соответствующей критериям циклотимии, дистимии или неуточненному биполярному расстройству, не было

3. Течение болезни, дополнительные симптомы

20	<input type="radio"/>	Повторяющиеся очерченные маниакальные эпизоды, разделенные периодами нормального самочувствия
15	<input type="radio"/>	Повторяющиеся очерченные маниакальные эпизоды, состояние между эпизодами не восстанавливается до нормального
	<input type="radio"/>	Повторяющиеся очерченные эпизоды гипомании, разделенные периодами нормального самочувствия
10	<input type="radio"/>	Употребление психоактивных веществ.
	<input type="radio"/>	Психосоматические симптомы отмечаются только во время аффективных эпизодов
	<input type="radio"/>	Чрезмерные денежные траты и правонарушения, совершенные в маниакальном состоянии (необдуманные кредиты и займы, безрассудное вождение автомобиля и т.п.)
5	<input type="radio"/>	Рекуррентное (униполярное) большое депрессивное расстройство с 3 депрессивными эпизодами и более в анамнезе
	<input type="radio"/>	Повторяющиеся очерченные гипоманиакальные эпизоды, состояние между эпизодами не восстанавливается до нормального
	<input type="radio"/>	Постоянное уклонение от лечения
	<input type="radio"/>	Пограничное личностное расстройство
	<input type="radio"/>	Расстройство с тревожными компонентами (ОКР, паническое и т.п.) или расстройство приема пищи (булимия и т.п.), или в анамнезе в детские годы синдром гиперактивности и дефицита внимания
	<input type="radio"/>	Азартные игры, рискованные вложения средств, превышения кредита, сексуальная неразборчивость с травмирующими последствиями для больного, его семьи, друзей
	<input type="radio"/>	Поведение свидетельствует о значительных аффективных колебаниях в менструальном периоде
2	<input type="radio"/>	Личность изначально гипертимная (вне депрессии или мании)
	<input type="radio"/>	Не меньше 3 браков в анамнезе (в том числе повторные браки с прежними супругами)
	<input type="radio"/>	В течение 2 и более лет начинал новую или менял работу чаще, чем 1 раз в год
	<input type="radio"/>	Более 2 отличительных степеней (научных или почетных)
0	<input type="radio"/>	Ничего из вышеперечисленного

4. Эффект терапии

20	<input type="radio"/>	Полное выздоровление за 4 недели терапии нормотимиками
----	-----------------------	--

15	<input type="radio"/>	Полное выздоровление за 12 недель терапии нормотимиками либо рецидив менее чем через 12 недель после прекращения терапии
	<input type="radio"/>	Появление маниакальной или смешанной симптоматики в течение 12 недель после начала антидепрессивной терапии, смены антидепрессанта или увеличения дозы
10	<input type="radio"/>	Утяжеление дисфорической или смешанной симптоматики в ходе антидепрессивной терапии, интенсивность маниакальных симптомов в рамках смешанного состояния не достигает выраженности мании
	<input type="radio"/>	Частичное улучшение состояния после 12 недель терапии одним или двумя нормотимиками
	<input type="radio"/>	Антидепрессанты утяжеляют быструю смену фаз или впервые провоцируют быструю смену фаз
5	<input type="radio"/>	Резистентность к терапии: отсутствие эффекта 3 или более курсов антидепрессантов, адекватных по продолжительности
	<input type="radio"/>	Развитие мании или гипомании при отмене антидепрессантов
2	<input type="radio"/>	Быстрое (1 неделя или менее) развитие полного антидепрессивного эффекта
0	<input type="radio"/>	Ничего из вышеперечисленного или отсутствие терапии в анамнезе

5. Наследственность

20	<input type="radio"/>	Диагностированное биполярное расстройство у родственников первого порядка
15	<input type="radio"/>	Диагностированное биполярное расстройство у родственников второго порядка
	<input type="radio"/>	Диагностированное рекуррентное (униполярное) большое депрессивное расстройство или анамнестические сведения, свидетельствующие о биполярном расстройстве у родственника первого порядка
10	<input type="radio"/>	Диагностированное рекуррентное (униполярное) большое депрессивное расстройство или шизоаффективное расстройство у родственника первого порядка
	<input type="radio"/>	Диагностированное биполярное расстройство в семье. Диагностированное рекуррентное (униполярное) большое депрессивное расстройство или анамнестические сведения, свидетельствующие о биполярном расстройстве в семье
5	<input type="radio"/>	Употребление психоактивных веществ родственником первого порядка.

	<input type="radio"/>	Предположительное наличие биполярного расстройства в семье.
2	<input type="radio"/>	Предположительное наличие рекуррентного (униполярного) большого депрессивного расстройства у родственника первого порядка
	<input type="radio"/>	Диагностированные расстройства с тревожным компонентом, расстройства приема пищи, синдром дефицита внимания у родственника первого порядка
0	<input type="radio"/>	Ничего из вышперечисленного, отсутствие психических расстройств в семье