宗（Zung）氏抑郁自评量表

1. 我觉得比平时容易紧张和着急(焦虑)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我无缘无故地感到害怕(害怕)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我容易心里烦乱或觉得惊恐(惊恐)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我觉得我可能将要发疯(发疯感)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我觉得一切都很好，也不会发生什么不幸(不幸预感)\*

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我手脚发抖打颤(手足颤抖)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我因为头痛、颈痛和背痛而苦恼(躯体疼痛)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我感觉容易衰弱和疲乏(乏力)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我觉得心平气和，并且容易安静坐着(静坐不能)\*

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我觉得心跳得快(心悸)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我因为一阵阵头晕而苦恼(头昏)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我有晕倒发作，或觉得要晕倒似的(晕厥感)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我呼气吸气都感到很容易(呼吸困难)\*

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我手脚麻木和刺痛(手足刺痛)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我因胃痛和消化不良而苦恼(胃痛或消化不良)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我常常要小便(尿意频数)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我的手常常是干燥温暖的(多汗)\*

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我脸红发热(面部潮红)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我容易入睡并且一夜睡得很好(睡眠障碍)\*

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间

1. 我做恶梦(恶梦)

▢ 没有或很少时间

▢ 小部分时间

▢ 相当多时间

▢ 绝大部分或全部时间