

## ৰোগীৰ স্বাস্থ্য-বিষয়ক প্ৰশ্নাৱলী-৯ (PHQ-9)

যোৱা ২ সপ্তাহ ধৰি, আপুনি কিমান সঘনাই তলৰ সমস্যাসমূহৰ সন্মুখীন হৈছে?

(আপোনাৰ উত্তৰ নিৰ্দেশ কৰিবৰ বাবে “✓” ব্যৱহাৰ কৰক)	একেবাৰেই নহয়	অলপদিন	আধাসংখ্যক দিনতকৈ বেছি	প্ৰায় প্ৰতিদিন
১. কামৰ প্ৰতি কম আগ্ৰহ বা কাম কৰি সুখ অনুভৱ নকৰা	0	১	২	৩
২. উদাস, নিৰুৎসাহ বা নিৰুশায় অনুভৱ কৰা	0	১	২	৩
৩. টোপনি নোহোৱা বা টোপনিত থাকিব নোৱাৰা, বেছিকৈ টোপনি হোৱা	0	১	২	৩
৪. ভাগৰ লগা বা শক্তি কমি যোৱা যেন বোধ হোৱা	0	১	২	৩
৫. ভোক বেছি হোৱা বা কমি যোৱা	0	১	২	৩
৬. নিজৰ বিষয়ে বেয়া অনুভৱ কৰা- বা জীৱনটো অখল গ'ল বা নিজৰ বা পৰিয়ালৰ দুৰৱস্থাৰ কাৰণ বুলি ভৱা	0	১	২	৩
৭. কামত মনোনিৱেশ কৰিব নোৱাৰা, যেনে, বাতৰি কাকত পঢ়োতে বা টিভি চাওতে মনোযোগ নবহা	0	১	২	৩
৮. খুব লাহে লাহে অহা-যোৱা কৰা বা কথা কোৱা, যাতে আন মানুহে লক্ষ্য নকৰে। অথবা তাৰ বিপৰীত, খুব অস্থিৰ হৈ প্ৰয়োজনতকৈ এফালৰ পৰা আনফাললৈ যোৱা	0	১	২	৩
৯. মৰি থকা হ'লেই ভাল আছিল বুলি ভৱা বা কিবাপ্ৰকাৰে নিজৰ অনিষ্ট কৰিবলৈ চেষ্টা কৰা	0	১	২	৩

FOR OFFICE CODING 0 + \_\_\_\_\_ + \_\_\_\_\_ + \_\_\_\_\_  
=Total Score: \_\_\_\_\_

আপুনি যদি কোনো সমস্যা টিক কৰিছে, সিবিলাকে আপোনাৰ কাম-কাজত, ঘৰৰ তদাৰক কৰাত বা মানুহৰ লগত মিলামিছা কৰাত কিমান কঠিন সমস্যাৰ সৃষ্টি কৰিছে?

একেবাৰেই কঠিন নহয় <input type="checkbox"/>	অলপ কঠিন <input type="checkbox"/>	যথেষ্ট কঠিন <input type="checkbox"/>	অতি বেছি কঠিন <input type="checkbox"/>
---	---	--	--