

Geriatrinen depressioasteikko (GDS)

Geriatrinen depressioasteikko (GDS) kehitettiin iäkkäiden henkilöiden masennuksen arviointia varten. Kehitystyössä painotettiin asteikon täyttämisen helppoutta. Lisäksi pyrittiin välttämään vanhuksilla yleisesti esiintyvien somaattisten oireiden mukaan ottamista kysymysvalikomaan. Alkuperäisestä 30 kysymystä (kyllä/ei) käsittävstä asteikosta on myöhemmin kehitetty 15, 10 ja 4 kysymyksestä koostuvat suppeammat arviointiasteikot.

GDS on itsearviointiasteikko, mutta toinen henkilö voi täyttää asteikon luettuaan kysymykset ääneen tutkittavalle. Masennusoireita arvioidaan viimeksi kuluneen viikon ajalta. GDS soveltuu parhaiten depression seulontamittariksi vanhuksilla. Summapistemäärä 0–10 on normaali, 11–20 viittaa lievään depressioniin ja 21–30 keskivaikeaan tai vaikeaan depressioniin.

Kysymysten esittämiseen kuluu n. 15 minuuttia. Tutkittavalle kannattaa ennen kyselyn aloittamista lyhyesti esitellä asteikon merkitys ja oikea vastaamistapa, esimerkiksi: "Kysyn nyt teiltä kysymyksiä, joiden avulla haluan selvittää tämänhetkistä mielialaanne. Toivoisin, että vastaisitte kaikkiin kysymyksiin hyvin lyhyesti, mieluiten "kyllä" tai "ei". Se voi olla välillä vaikeata, mutta vastatkaa sen mukaan mikä mielestänne on lähinnä totuutta. Jotkut kysymykset herättävät uusia kysymyksiä tai tarvetta käydä kysymystä perusteellisemmin lävitse, mutta niihin kohtiin voimme palata myöhemmin, kun olemme koko kyselyn suorittaneet".

Asiantuntijat:

Suomen Alzheimer-tutkimusseura

Petteri Viramo

Kari Alhainen

Antero Leppävuori

Timo Erkinjuntti

Tiina Huusko

Sirkka-Liisa Kivelä

Keijo Koivisto

Hannu Koponen

Tuula Saarela

Raimo Sulkava

Risto Vataja

Geriatrinen depressioasteikko (GDS)

Nimi: _____ Syntymäaika: _____

Pvm: _____ Arvioitsija: _____

Pisteet yhteensä: _____

Nämä kysymykset koskevat jokapäiväistä mielialaa, asenteita ja tunteita. Haluaisin tietää, miltä Teistä on tuntunut viimeksi kuluneen viikon aikana, tämä päivä mukaan lukien. Luen kysymykset Teille ja toivon Teidän vastaavan niihin joko "kyllä" tai "ei".

	KYLLÄ	EI
1. Oletteko pohjimmiltanne tyytyväinen elämäänne?	0	1
2. Oletteko joutunut luopumaan monista kiinnostavista asioista ja harrastuksista?	1	0
3. Tuntuuko elämänne tyhjältä?	1	0
4. Tunnetteko olonne usein ikävystyneeksi?	1	0
5. Oletteko toiveikas tulevaisuuden suhteen?	0	1
6. Vaivaavatko Teitä ajatukset, jotka pyörivät jatkuvasti mielessänne?	1	0
7. Oletteko enimmäkseen hyvällä tuulella?	0	1
8. Pelkäätkö, että jotain paha tulee tapahtumaan Teille?	1	0
9. Oletteko useimmiten onnellinen?	0	1
10. Tunnetteko itsenne usein avuttomaksi?	1	0
11. Oletteko usein levoton ja hermostunut?	1	0
12. Oletteko mielummin kotona sen sijaan, että lähtisitte ulos?	1	0
13. Oletteko usein huolissanne tulevaisuudesta?	1	0
14. Onko Teillä mielestänne enemmän muistivaikeuksia kuin muilla?	1	0
15. Onko Teistä hyvä, että olette yhä elossa?	0	1
16. Tuntuuko Teistä usein synkältä ja alakuloiselta?	1	0
17. Tunnetteko olonne arvottomaksi?	1	0
18. Kannatteko paljon huolta menneestä?	1	0
19. Onko elämänne mielestänne innostavaa?	0	1
20. Onko Teidän vaikea aloittaa uusia asioita?	1	0
21. Tunnetteko itsenne tarmokkaaksi?	0	1
22. Tuntuuko elämäntilanteenne toivottomalta?	1	0
23. Tuntuuko Teistä, että muiden asiat ovat paremmin kuin Teidän?	1	0
24. Saavatko pienet asiat Teidät usein pois tolaltanne?	1	0
25. Itkettääkö Teitä usein?	1	0
26. Onko Teillä keskittymisvaikeuksia?	1	0
27. Onko mielestänne mukavaa nousta aamuisin?	0	1
28. Välttelettekö toisten ihmisten tapaamista?	1	0
29. Onko Teidän helppo tehdä päätöksiä?	0	1
30. Kykenettekö ajattelemaan yhtä selkeästi kuin ennen?	0	1

Summapisteet:

0–10 normaali, 11–20 lievä depressio ja 21–30 keskivaikea tai vaikea depressio.