

## スクリーニング質問票（SQD）

氏 名 \_\_\_\_\_ 男 ・ 女 \_\_\_\_\_ 歳 \_\_\_\_\_ 記入日 平成 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

**【質問】**

大災害後は生活の変化が大きく、いろいろな負担（ストレス）を感じるものが長く続くものです。最近1ヶ月間に今からお聞きするようなことはありませんでしたか？

最近1ヶ月の状態についてお答え下さい。		回 答	
		はい ◎	いいえ ○
1	食欲はどうか。普段と比べて減ったり、増えたりしていますか。		
2	いつも疲れやすく、身体がだるいですか。		
3	睡眠はどうか。		
4	災害に関する不快な夢を見ることがありますか。		
5	憂うつで気分が沈みがちですか。		
6	イライラしたり、怒りっぽくなっていますか。		
7	ささいな音や揺れに過敏に反応してしまうことがありますか。		
8	災害を思い出させるような場所や人、話題などを避けてしまうことがありますか。		
9	思い出したくないのに災害のことを思い出すことがありますか。		
10	以前は楽しんでいたことが楽しめなくなっていますか。		
11	何かのきっかけで、災害を思い出して気持ちが動揺することはありますか。		
12	災害についてはもう考えないようにしたり、忘れようと努力していますか。		

## スクリーニングの方法

災害後に発生する精神的問題のうち、うつ状態と PTSD（心的外傷後ストレス障害）症状のハイリスク者をスクリーニングします。

質問は、10分以内で終わります。質問の言い回しは、相手がわかりやすいように変えても問題ありません。

### 【判定基準】

PTSD : 3 4 6 7 8 9 10 11 12のうち5個以上が存在し、その中に4 9 11のどれか一つは必ず含まれる。

うつ状態 : 1 2 5 6 10のうち4個以上が存在し、その中に5 10のどちらか一方が含まれる。

### 【備考】

PTSD の3大症状（再体験、回避、過覚醒）及びうつ症状に対するのは、それぞれ次の項目である。

- ・再体験 : 4 9 11
- ・回避 : 8 10 12
- ・過覚醒 : 3 6 7
- ・うつ症状 : 1 2 3 5 6 10

「PTSD 遷延化に関する調査研究報告書—阪神・淡路大震災の長期的影響」  
ヒューマンケア研究機構兵庫県こころのケアセンター編（平成13年）より抜粋