

Госпитальная шкала тревоги и депрессии (HADS)

Алгоритм диагностики и лечения тревоги у пациентов соматического профиля¹

Статус

Симптомы и клинические проявления тревожного нарушения у пациента

(неусидчивость, неспособность сидеть в одной позе, усиление мелкой моторики, склонность задавать по несколько раз волнующие вопросы, раздражительность, стремление к чрезмерному контролю, гипербдительность и т. д.)

Скрининговые вопросы пациенту ↓

Испытывали ли Вы в последние 2 недели ощущение беспокойства, тревоги или нервозности?

За последние 2 недели было ли у Вас чувство, что Вы не можете взять под контроль ощущение беспокойства, напряженности или раздражительности?

Шкала HADS ↓

Положительные ответы на оба вопроса

Нет

Госпитальная шкала тревоги и депрессии HADS

Вероятность тревожного нарушения мала

Субшкала тревоги и депрессии HADS-D < 8 баллов (норма)

HADS-D ≥ 8 баллов (риск депрессии)

Субшкала тревоги и депрессии HADS-A 8-10 баллов (субклиническая тревога)

HADS-A > 10 баллов (клинически выраженная тревога)

Терапия ↓

Постановка синдромального диагноза (тревожный синдром, психовегетативный синдром, синдром эмоциональной лабильности)

Консультация психиатра

Назначение противотревожной терапии (с учетом риска побочных эффектов и межлекарственных взаимодействий) сроком на 3 месяца и более

Отсутствие значимого эффекта в течение 3 месяцев

Анксиолитики небензодиазепинового ряда в адекватных суточных дозах (Адаптол)



Адаптол 500 мг №20

- Оптимальное решение при эмоциональных нарушениях, вегетативной дисфункции и астении³⁻⁶
- Не вызывает привыкания, зависимости, синдрома отмены³
- Способствует повышению уровня внимания и работоспособности³
- Возможность комбинирования с основной терапией соматических заболеваний³

1. Самушия М.А., Аль-Шукри А.С., Баранов И.И., Екушева Е.В., Ливзан М.А., Ненашева Н.М., Табеева Г.Р., Тамразова О.Б., Тарасов А.В., Чернова А.А. Разработка алгоритма диагностики и лечения тревоги, ассоциированной с соматической патологией, у пациентов в общеклинической практике. Резолюция совета экспертов. Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 2025;125(1):1-8. <https://doi.org/10.17116/jnevro2025125011>

2. Zigmond A. S., Snaith R. P. The hospital anxiety and depression scale. Acta Psychiatr Scand. 1983 Jun; 67(6): 361-370.

3. ОХЛП Адаптол ЛП-№(008784) - (РГ-РУ) от 11.02.2025 г.

4. Левин О.С. Изучение эффективности и влияния на качество жизни пациентов с субклиническим и клинически выраженным тревожным расстройством мобильного приложения в сочетании с терапией препаратом Адаптол // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 2024;124(7):1-8.

5. Черняк С.В. Стресс и артериальная гипертензия. Применение Адаптола в комплексном лечении пациентов с артериальной гипертензией / С.В. Черняк, М.М. Ливенцева, Т.А. Нечесова, О. С. Павлова // Международные обзоры: клиническая практика и здоровье. - 2019. - № 2(34). - С. 44-59.

6. Суворова В. А. Терапия астеноневротического синдрома у пациентов с фокальными мышечными дистониями / В.А. Суворова, Е.А. Антипенко // Журнал неврологии и психиатрии им. С. С. Корсакова - 2018 -Т. 118, № 3. -С. 56-58.



Госпитальная шкала тревоги и депрессии (HADS)²

Часть I

Оценка уровня ТРЕВОГИ

Каждому утверждению соответствуют 4 варианта ответа. Выберите тот из ответов, который соответствует Вашему состоянию, а затем просуммируйте баллы в каждой части

Я испытываю напряжение, мне не по себе

- За все время (3)
- Часто (2)
- Время от времени, иногда (1)
- Совсем не испытываю (0)

Я испытываю страх, кажется, что что-то ужасное может вот-вот случиться

- Определенно, это так, и страх очень велик (3)
- Да, это так, но страх не очень велик (2)
- Иногда, но это меня не беспокоит (1)
- Совсем не испытываю (0)

Беспокойные мысли крутятся у меня в голове

- Постоянно (3)
- Большую часть времени (2)
- Время от времени и не так часто (1)
- Только иногда (0)

Я легко могу присесть и расслабиться

- Совсем не могу (3)
- Лишь изредка это так (2)
- Наверное, это так (1)
- Определенно, это так (0)

Я испытываю внутреннее напряжение или дрожь

- Очень часто (3)
- Часто (2)
- Иногда (1)
- Совсем не испытываю (0)

Я испытываю неусидчивость, мне постоянно нужно двигаться

- Определенно, это так (3)
- Наверное, это так (2)
- Лишь в некоторой степени это так (1)
- Совсем не испытываю (0)

У меня бывает внезапное чувство паники

- Очень часто (3)
- Довольно часто (2)
- Не так уж часто (1)
- Совсем не бывает (0)

Интерпретация результатов HADS:

Баллы

Расшифровка

0-7

норма (отсутствие достоверно выраженных симптомов тревоги или депрессии)

8-10

субклинически выраженная тревога или депрессия

11 и выше

клинически выраженная тревога или депрессия



Госпитальная шкала тревоги и депрессии (HADS)²

Часть II

Оценка уровня депрессии

Каждому утверждению соответствуют 4 варианта ответа. Выберите тот из ответов, который соответствует Вашему состоянию, а затем просуммируйте баллы в каждой части

То, что приносило мне большое удовольствие, и сейчас вызывает у меня такое же чувство

- Это совсем не так (3)
- Лишь в очень малой степени это так (2)
- Наверное, это так (1)
- Определенно, это так (0)

Я способен рассмеяться и увидеть в том или ином событии смешное

- Совсем не способен (3)
- Лишь в очень малой степени это так (2)
- Наверное, это так (1)
- Определенно, это так (0)

Я испытываю бодрость

- Совсем не испытываю (3)
- Очень редко (2)
- Иногда (1)
- Практически все время (0)

Мне кажется, что я стал все делать очень медленно

- Практически все время (3)
- Очень часто (2)
- Иногда (1)
- Совсем нет (0)

Я не слежу за своей внешностью

- Определенно, это так (3)
- Я не уделяю этому столько времени, сколько нужно (2)
- Может быть, я стал меньше уделять этому времени (1)
- Я слежу за собой так же, как и раньше (0)

Я считаю, что мои дела (занятия, увлечения) могут принести мне чувство удовлетворения

- Совсем так не считаю (3)
- Значительно меньше, чем обычно (2)
- Да, но не в той степени, как раньше (1)
- Точно также, как и обычно (0)

Я могу получить удовольствие от хорошей книги, радио- или телепрограммы

- Очень редко (3)
- Редко (2)
- Иногда (1)
- Часто (0)

Интерпретация результатов HADS:

Баллы

Расшифровка

0-7

норма (отсутствие достоверно выраженных симптомов тревоги или депрессии)

8-10

субклинически выраженная тревога или депрессия

11 и выше

клинически выраженная тревога или депрессия