

نوبة الاكتئاب الرئيس

Major Depressive Disorder (MDD)

A Criterion

رقم السؤال	الإجابة نعم	الإجابة لا
1	هل سبق أن مررت بفترة شعرت فيها بالحزن الشديد وانخفاض المزاج لأسبوعين؟	الانتقال الى سؤال 2
2	هل سبق أن مررت بفترة فقدت بها اهتمامك في كل أو معظم انشطتك المعتادة، أو فقدت القدرة على الاستمتاع أو الإحساس بالمتعة في كل أو معظم انشطتك المعتادة؟ صفي لي تلك الفترة؟ متى بدأت ومتى انتهت؟ هل كانت مستمرة طوال الفترة؟ هل كانت معظم اليوم تقريبا كل يوم لمدة أسبوعين؟	لا يتم السؤال عن باقي الأسئلة إذا كانت الإجابة (لا) لكلا السؤالين 1 و2

إذا كانت الإجابة بنعم على 1 او 2 او كلاهما يتم السؤال عن التالي:

خلال هذه المدة من المزاج الاكتئابي أو فقدان الاهتمام والمتعة هل شعرت ب:

رقم السؤال	نعم	لا	المدة (هل كانت كل يوم تقريبا)
3	تغير كبير في الوزن أو شهيتك للأكل؟	لا	
4	هل كان لديك صعوبة في الدخول في النوم أو الاستمرار في النوم؟ هل كنت تنامين كثيرا خلال النهار؟	لا	
5	هل كنت مستثارة أو قلقة لدرجة لم تستطعي الاستقرار في مكانك؟ أو هل كانت حركتك بطيئة؟ هل كانت ملاحظة من قبل الآخرين؟	لا	
6	هل شعرت بالتعب؟ انخفاض في الطاقة؟	لا	
7	هل شعرت بعدم الأهمية؟ الذنب؟ ماهي الأشياء التي شعرت بالذنب حولها؟	لا	
8	هل شعرت بصعوبة في التفكير أو التركيز؟ هل كان صعب أن تتخذي قرارات معينة؟	لا	
9	هل فكرت بالموت كثيرا؟ هل فكرت بالانتحار؟ هل كان لديك خطة لإيذاء نفسك أو حاولت إيذاء نفسك؟	لا	

B criterion

لا	نعم	هل سببت هذه المشاكل لك ازعاج؟ وما مقداره؟	1
لا	نعم	هل أثرت على قدرتك في الأداء في المدرسة؟ العمل؟ الاسرة؟ الحياة؟ أداء الأمور الهامة بالنسبة لك؟	2

C criterion

لا	نعم	قبل أن تشعري بهذه المشاعر هل تناولت أدوية جديدة أو حدث تغيير في ادويتك الحالية؟ - هل استخدمت مواد او مخدرات او شراب؟ - هل كان لديك حالة طبية أو تعرضت للإصابة؟ - هل تعتقدين أن لها علاقة بهذه المشاكل؟	1
----	-----	--	---

القلق الاجتماعي (الرهاب الاجتماعي)
Social Anxiety (Social phobia)

الإجابة		
	في الشهر الماضي، هل كنت خائفة جدا او قلقة في أي مواقف اجتماعية، لأنك كنت قلقة أن الآخرين سوف يحكمون عليك بشكل سلبي أو أنك سوف تخرجين نفسك؟	A criterion
	- في الشهر الماضي، هل شعرت بالخوف الشديد أو القلق في مواقف بحيث الناس ربما يلاحظونك؟ -صفي شعورك بالخوف أو القلق؟ -ماهي نوعية المواقف التي تخافين منها؟	
	-عندما تكونين في المواقف الاجتماعية أو تتوقعين أن تكوني فيها ما الذي تخافين يحدث؟ هل تخافين أنك سوف تتصرفين بطريقة تجعلك تشعرين بالخجل؟ هل تخافين أنك الآخرين سوف يرونك قلقة ويحكمون عليك بشكل سلبي؟ هل تخافين أنك سوف تتصرفين بطريقة تجعل الآخرين يرفضونك؟	B criterion
	في الشهر الماضي، هل شعرت بالخوف في كل مرة تواجهين المواقف الاجتماعية؟	C criterion
	في الشهر الماضي، هل بذلت جهدا ملحوظا لتجنب المواقف الاجتماعية؟	D criterion
	في الشهر الماضي، إذا لم تستطعي تجنب المواقف الاجتماعية، هل شعرت بالقلق الشديد؟	
	هل تعتقدين أن مستوى خوفك وتجنبك غير منطقي جدا، أو مبالغ فيه؟	E criterion
	منذ متى كنت تعانين من هذا الخوف او التجنب؟ (6 اشهر فاكثر) هل هذا الخوف أو التجنب مستمر؟	F criterion
	في الشهر الماضي، هل ازعجتك هذه المشكلة؟ ما مقدار الازعاج؟ في الشهر الماضي، هل هذه المشكلة أثرت على قدرتك في الأداء في المدرسة؟ العمل؟ الاسرة؟ الحياة؟ أداء الأمور الهامة بالنسبة لك؟	G criterion

	<p>قبل أن تشعرى بهذه المشاعر، هل تناولت أدوية جديدة أو حدث تغيير في ادويتك الحالية؟ هل استخدمت مواد او مخدرات أو شراب؟ هل كان لديك حالة طبية أو تعرضت للإصابة؟ هل تعتدين ان لها علاقة بهذه المشاكل؟</p>	H criterion
	<p>هذا الخوف أو التجنب يرجع لمشكلة نفسية أخرى؟</p>	I criterion
	<p>هل هذه المشكلة تعود لمشكلة طبية ؟</p>	J criterion

اضطراب الوسواس القهري
Obsessive Compulsive Disorder (OCD)

الإجابة		A criterion
	في الشهر الماضي، هل غالبا كان لديك أفكار، شكوك أو صور والتي لم تكن ترغب بها؟ مثلا أفكار انك ملوثة، انك ربما تؤذي أحدا أو تفعل خطأ كبيرا أو تكون غير مرتاحة اذا الأشياء لم تكن مرتبة؟ هل بالإمكان شرح هذه الأفكار؟ هل تقتحم هذه الأفكار راسك؟ هل تتكرر هذه الأفكار وتزعجك لبعض الوقت؟	1
	عندما تأتي هذه الأفكار الى عقلك كيف تتعاملين معها؟ هل تحاولين تجاهلهم؟ تحاولين اخراجهم من عقلك؟	2
	في الشهر الماضي، هل كان لديك أي أفعال متكررة استجابة للأفكار الوسواسية او بناء على قوانين جدا محددة، مثلا غسيل اليدين، او النظافة، الترتيب، التأكد، إعادة أفعال معينة مرارا؟	3
	في الشهر الماضي، هل كان لديك أفعال عقلية متكررة استجابة للأفكار الوسواسية مثلا كلمات أو صور تأتي الى عقلك مرارا؟ قول أو التفكير بكلمات محددة، دعاء، أو أرقام العد... الخ	4
	هل تشعرين أنك يجب أن تفعلي هذه السلوكيات أو الأفعال العقلية، وأنه صعب جدا إيقافها أو مقاومتها؟	5
	هل هذه السلوكيات أو الأفعال العقلية تجعلك غير مرتاحة، هل تخافين أن شي ما سوف يحدث اذا لم تقومي بهذه السلوكيات؟	6
		B criterion
	الشهر الماضي، كم استغرقت هذه الأفكار والسلوكيات من وقتك كل يوم؟ هل هي ساعة على الأقل؟	1
	في الشهر الماضي، ما مقدار ازعاج هذه المشكلة لك؟	2
	في الشهر الماضي، هل هذه المشكلة أثرت على قدرتك في الأداء في المدرسة؟ العمل؟ الاسرة؟ الحياة؟ أداء الأمور الهامة بالنسبة لك؟	3
	قبل أن تشعري بهذه المشكلة هل تناولت ادوية جديدة أو حدث تغيير في ادويتك الحالية؟ -هل استخدمت مواد او مخدرات او شراب؟ -هل كان لديك حالة طبية او تعرضت للإصابة؟ -هل تعتقدين ان لها علاقة بهذه المشاكل؟	C criterion

Panic Attack

نوبة الهلع

	الإجابة		A criterion
	إذا كانت الإجابة نعم لكلا السؤالين 1 و 2 اكمل الأسئلة الأخرى	هل سبق أن عانيت من نوبة هلع (فزع) بحيث شعرت بشكل مفاجئ بالخوف الشديد أو عدم الارتياح الجسدي الشديد؟ هل تستطيعين شرح هذه النوبة أو النوبات؟	1
		هل شعرت أن الخوف أو عدم الارتياح سريع ومفاجئ؟ كم استغرق من الوقت من بدايته حتى كان في شدته؟	2
إذا كانت هناك نوبة أو نوبات حدثت بشكل غير متوقع أو بدون سبب واضح اكمل الأسئلة الأخرى		هل هذه النوبات حدثت بسبب موقف معين أو توتر معين؟ هل سبق حدثت لك نوبات بدون سبب؟	3
استمري للسؤال الآخر إذا توفّر 4 أو أكثر من هذه الاعراض		ما نوعية الاعراض الجسدية التي شعرت بها أثناء النوبة؟ 1- تسارع ضربات القلب 2- الرعشة 3- إحساس بالاختناق 4- دوخة، شعور بالخفة، أو شعور أنه سوف تصابين بالإغماء 5- الخوف من فقدان السيطرة على نفسك أو أن تصابين بالجنون 6- غثيان، ألم في المعدة، إحساس بالإسهال 7- فقدان الاتصال بالواقع (الأشياء من حولك ليست حقيقية) 8- فقدان الاتصال بالذات (الشعور بأنك لست انت نفسك، أو شعور أنك خارج جسدك) 9- التعرق 10- ضيق التنفس 11- ألم أو عدم ارتياح في الصدر 12- شعور بدفغات حرارة أو برودة 13- خوف من الموت 14- شعور بخدور في الأصابع والوجه	4
		كم نوبة شعرت بها وكانت تشمل 4 أو أكثر من الاعراض السابقة في حياتك كلها؟	5
			B criterion
		بعد أي نوبة من هذه النوبات، هل قلقت كثيرا من حدوث نوبة أخرى؟ أو قلقت حول متى وأين سوف تحدث النوبة الأخرى؟ هل كان هذا القلق لمدة شهر على الأقل؟ هل حدث هذا القلق في الشهر الماضي؟	1

		<p>بعد أي نوبة من هذه النوبات، هل قلقت كثيرا حول ما سوف يحدث لك بسبب هذه النوبة، مثلا هل قلقت أنك سوف تصابين بأزمة قلبية أو أي حالة طبية طارئة؟ هل قلقت أنك سوف تفقد السيطرة على نفسك أو أن تفعلين أمر مخجل؟ أو قلقت أنك سوف تصابين بالجنون؟</p> <p>هل كان هذا القلق لمدة شهر على الأقل؟</p> <p>هل حدث هذا القلق في الشهر الماضي؟</p>	2
		<p>هل غيرت أنشطتك بعد هذه النوبة أو النوبات، مثلا هل اديت الأمور بترتيب معين لحماية نفسك من الإصابة بنوبة أخرى؟</p> <p>هل توقفت عن أي أنشطة، مثلا أداء التمارين؟ هل توقفت عن الذهاب لاماكن معينة، مثلا أماكن غير مألوفة لديك؟</p> <p>هل كنت في حاجة لإحضار شخص معين معك، أو شيء ما لتشعري بالأمان بسبب نوبة الهلع؟</p> <p>هل النوبة غيرت أنشطتك لمدة شهر على الأقل؟</p> <p>هل كان هذه التغيير في الشهر الماضي؟</p>	3
		<p>قبل أن تشعري بهذه النوبة هل تناولت أدوية جديدة أو حدث تغيير في ادويتك الحالية؟</p> <p>-هل استخدمت مواد أو مخدرات أو شراب؟</p> <p>-هل كان لديك حالة طبية أو تعرضت للإصابة؟</p> <p>-هل تعتقد ان لها علاقة بهذه المشاكل؟</p>	C criterion
		<p>ما هو مقدار الازعاج الذي سببته لك المشكلة؟</p>	D criterion
		<p>هل هذه المشكلة أثرت على قدرتك في الأداء في المدرسة؟</p> <p>العمل؟</p> <p>الاسرة؟</p> <p>الحياة؟</p> <p>أداء الأمور الهامة بالنسبة لك؟</p>	

الفصام
Schizophrenia

الإجابة		
	<p>وجود 2 أو أكثر (لمدة شهر) من الآتي: 1-ضلالات 2- هلاوس 3- كلام غير منظم 4- سلوك غير منظم او كتاتوني بشكل صارخ 5- اعراض سلبية (تناقص في التعبير الانفعالي او فقد الإرادة) على الأقل واحد من العرضين يجب أن يكون : هلاوس، ضلالات، أو كلام غير منظم</p>	A Criterion
	أسئلة عن الضلالات:	
	<p>* سوف أسالك عن بعض المعتقدات والتي قد تكون لدى بعض الناس. في أي وقت من حياتك، هل كان لديك اعتقاد قوي أن الناس لم يكونوا متفقين معك؟ هل اعتقدت في أي من التالي: - الناس يخونوك، يتجسسون عليك، يتبعونك، أو يحاولون تسميمك أو يتحرشون بك؟ -الحكومة او منظمات دينية كانت تلاحقك لو تتحرش بك؟ - لديك قدرات خاصة جدا التي لا يعلمها الناس، أو أنك اكتشفت امرا هاما والذي لا يعلمه غيرك أو أنك كنت مشهور؟ - شريك حياتك كان غير مخلص لك؟ -أن شخصا أو شيئا ما أزال افكارك من عقلك ؟ -أن شخصا استطاع قراءة افكارك؟ - أن شخصا أو شيئا ما وضع افكارك داخل عقلك، مثلا استخدام الة او سحر من أي نوع؟ -أن شخصا أو شيئا ما يتحكم بك؟ -أن شخصا أو شيئا ما يرسل لك رسائل خاصة لك وأنت أنت المعني بها مثلا التلفزيون الراديو أو الكتب؟ -أنك كنت مسؤولا عن أزمة أو كارثة مثلا إعصار أو جريمة؟</p>	
	أسئلة عن الهلاوس:	
	<p>-سوف أسالك عن خبرات غير معتادة والتي قد تكون لدى بعض الناس، في أي وقت من حياتك هل : - سمعت أشياء لا يسمعها الآخرون مثلا أصوات، موسيقى...الخ؟ - مشاعر غريبة او احساسات في جلدك او جسمك مثل حشرات أو صدمات كهربائية...الخ؟ - رأيت أشياء لم يستطع الآخرون سماعها مثل اشخاص، حيوانات، الوان...الخ؟ -شممت شيئا لم يستطع الآخرون شمه مثلا رائحة استفراغ، شيء متعفن أو دخان...الخ؟</p>	

	<p>- سلوك غير منظم مثلا ارتداء ملابس كثيرة في يوم دافئ، التورط في سلوكيات جنسية امام الناس...الخ - سلوك كاتتوني -اعراض سلبية : (انخفاض التعبير الانفعالي، او فقدان الدافعية...الخ)</p>	
	<p>- هل أثرت هذه المشكلة على قدرتك في الأداء في المدرسة؟ العمل؟ الاسرة؟ الحياة؟ أداء الأمور الهامة بالنسبة لك؟ وكيف؟ -هل تجنبت أي أنشطة او مواقف بسبب هذه المشاكل؟ -هل تداخلت هذه المشاكل مع قدرتك على التركيز في الأمور الضرورية؟</p>	B criterion
	<p>كم المدة التي عانيت من هذه المشاكل؟ على الأقل شهر (نشط) على الأقل 6 شهور (تتضمن مدة شهر تكون فيها الاعراض نشطة)</p>	C criterion
	<p>استبعاد الفصام الوجداني، اضطراب الاكتئاب او ثنائي القطب مع اعراض ذهانية</p>	D criterion
	<p>قبل أن تشعر بالسابق هل تناولت ادوية جديدة أو حدث تغيير في ادويتك الحالية؟ -هل استخدمت مواد أو مخدرات او شراب؟ -هل كان لديك حالة طبية؟</p>	E criterion

نوبة الهوس

Manic Episode

الإجابة		
	<p>-هل مرت بك فترة كنت في مزاج مرتفع جدا مثلا أنك فوق العالم والتي سببت لك مشاكل، أو أن الناس اعتقدوا أنك كنت لست أنت نفسك؟</p> <p>-هل مرت بك فترة كنت في مزاج مرتفع حول نفسك أو شعرت أنك قوية أو قادر أن تعمل مشاريع جديدة والتي سببت لك مشاكل، أو أن الناس اعتقدوا أنك كنت لست انت نفسك؟</p> <p>-هل مرت بك فترة كان مزاجك مستثارا و غير مستقر أو غريب والذي سبب لك مشاكل، أو أن الناس اعتقدوا أنك كنت لست انت نفسك؟</p> <p>-خلال هذه الفترة هل شعرت أن لديك طاقة كبيرة مقارنة بطاقتك المعتادة؟</p> <p>- خلال هذه الفترة هل قمت بأعمال كثيرة أو مهام او مشاريع او أنشطة أخرى غير ما اعتدت عليه؟</p> <p>هل شعرت بهذه النوبة معظم اليوم، تقريبا كل يوم على الأقل لمدة أسبوع واحد؟</p>	A Criterion
	<p>خلال هذه النوبة أو النوبات هل لاحظت أو الآخرون لاحظوا التالي:</p> <p>1-هل شعرت أنك عظيمة (مثلا لديك قدرات أو قوى خاصة، - أوكنت مهمة بشكل خاص)</p> <p>2-احتجت الى ساعات أقل من النوم مقارنة بالمعتاد مثلا الشعور بالراحة بعد أخذ فترة نوم قصيرة جدا</p> <p>3-كنت تتحدث أكثر من المعتاد أو لم تستطعي التوقف عن الكلام</p> <p>4-افكارك كانت تتسارع أو تتسابق</p> <p>5-سهلة التشتت</p> <p>6-قمت بأداء الكثير من الاعمال ، لم تستطعي الاستقرار في مكانك</p> <p>7-قمت بالتورط في أنشطة تحمل إمكانية حدوث عواقب مؤلمة، مثل عمليات شراء للملذات، الاستثمار غير الحكيم، سلوك جنسي طائش</p> <p>ملاحظة: ليتحقق هذا المعيار لا بد من توفر 3 أعراض أو أكثر من الاعراض السابقة</p> <p>إذا كان المزاج مستثارا فقط فيجب توفر 4 أعراض</p>	B criterion
	<p>هل أثرت هذه المشكلة على قدرتك في الأداء في المدرسة؟ العمل؟ الاسرة؟ الحياة؟ أداء الأمور الهامة بالنسبة لك؟ وكيف؟ هل ذهبت الى المستشفى بسبب هذه النوبة؟</p>	C criterion

	<p>خلال هذه النوبة أو النوبات، هل كان لديك معتقدات غير معتادة مثل أنك لديك علاقة خاصة مع شخص لم تعرفه من قبل، أو شخص مشهور أو كان لديك قوى خاصة...الخ؟</p> <p>خلال هذه النوبة أو النوبات، هل سمعت أشياء والتي لم يسمعها الآخرين؟</p>	
	<p>قبل أن تشعر بالسابق هل تناولت أدوية جديدة أو حدث تغيير في أدويةك الحالية؟</p> <p>-هل استخدمت مواد أو مخدرات أو شراب؟</p> <p>-هل كان لديك حالة طبية؟</p>	<p>D criterion</p>

ترجمة لجزء من

Diagnostic Interview for Anxiety, Mood, and OCD and related Neuropsychiatric Disorders
(DIAMOND) (Tolin et al., 2016)