

THANG ĐÁNH GIÁ
TRẦM CẢM Ở NGƯỜI CAO TUỔI
(*Geriatric Depression Scale - GDS*)

STT		Đúng	Không đúng
1.	Về cơ bản tôi hài lòng với cuộc sống của mình		
2.	Hiện tôi đã từ bỏ nhiều hoạt động và thú vui		
3.	Tôi cảm thấy cuộc sống của mình thật là trống rỗng		
4.	Tôi thường cảm thấy buồn chán		
5.	Tôi cảm thấy tương lai đầy triển vọng		
6.	Tôi thấy phiền muộn bởi có những ý nghĩ trong đầu không thể dứt ra được		
7.	Hầu hết thời gian tôi thấy thoải mái		
8.	Tôi sợ rằng có điều tồi tệ sẽ xảy đến với mình		
9.	Phần lớn thời gian tôi cảm thấy hạnh phúc		
10.	Tôi thường cảm thấy không tự lo liệu được		
11.	Tôi thường cảm thấy bồn		

	chôn, bất an		
12.	Tôi thích ở nhà hơn là đi ra ngoài hay làm việc gì đó		
13.	Tôi thường thấy lo lắng về tương lai		
14.	Tôi thấy mình gặp rắc rối về trí nhớ hơn hầu hết những người có cùng độ tuổi		
15.	Tôi nghĩ cuộc sống hiện tại nói chung là ổn		
16.	Tôi cảm thấy chán nản và thất vọng		
17.	Tôi cảm thấy khá vô dụng trong tình trạng hiện tại		
18.	Tôi lo nghĩ nhiều về quá khứ		
19.	Tôi nhận thấy cuộc sống rất thú vị		
20.	Tôi thấy khó để bắt đầu những kế hoạch mới		
21.	Tôi cảm thấy tràn đầy sinh lực		
22.	Tôi cảm thấy tình trạng của mình là tuyệt vọng		
23.	Tôi nghĩ hầu hết mọi người đều tốt hơn tôi		
24.	Tôi thường thấy bối rối cả với những việc nhỏ nhất		

25.	Tôi thường cảm thấy muốn khóc		
26.	Tôi thấy khó tập trung chú ý		
27.	Khi thức dậy vào buổi sáng tôi thấy sáng khoái		
28.	Tôi không thích những chỗ hội họp đông người		
29.	Tôi dễ dàng đưa ra các quyết định		
30.	Trí óc tôi vẫn minh mẫn như trước kia		

Cách tính điểm: Mỗi câu lựa chọn phù hợp được tính 01 điểm. Tổng điểm của thang đánh giá là 30.

Mức điểm: **Bình thường: 0 – 9 điểm;**

Trầm cảm nhẹ: 10 - 19 điểm;

Trầm cảm nặng: ≥ 20 điểm.