

WHO-5 Well-Being Index (1998)  
Индекс хорошего самочувствия

Пожалуйста, отметьте в каждом из пяти утверждений наиболее подходящий ответ о Вашем самочувствии в течение последних двух недель.

	В течение двух последних недель	Все Время 5	Большую часть времени 4	Более половины всего времени 3	Менее половины всего времени 2	Иногда 1	Никогда 0
1	У меня было хорошее настроение и чувство бодрости						
2	Я чувствовал себя спокойным и раскованным						
3	Я чувствовал себя активным и энергичным						
4	Я просыпался с чувством свежести и отдыха						
5	Моя жизнь была наполнена интересными для меня событиями						

Подсчет:

Складываются цифры, соответствующие ответам по пяти вопросам. Результат представлен рядом от 0 – наихудшая возможность до 25 – наилучшее качество жизни

Чтобы получить процентное выражение от 0 до 100 необходимо умножить полученную сумму на 4

Интерпретация:

Необходимо проводить MDI (ICD10) для диагностики большой депрессии, если сумма составляет 13 или менее или если хотя бы на один вопрос получен ответ 0 или 1.

Beck P Male depression: Stress and aggression as pathways to major depression  
BMJ Books 2001. p.63-6