

# Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS)

## Vragenlijst angst en depressie

*Zigmond AS, Snaith RP. Acta Psychiatr Scand 1983; 67:361-70.*

*Invulinstructie: Hieronder staan uitspraken die door mensen zijn gebruikt om zichzelf te beschrijven. Lees iedere uitspraak door en kruis het vakje aan dat het beste aangeeft hoe u zich de afgelopen vier weken heeft gevoeld. Er zijn geen goede of slechte antwoorden. Denk niet te lang na en geef uw eerste indruk.*

Datum invullen: (dag/maand/jaar): ./. ./ . . . . . Geslacht:  man  vrouw

Geboorte datum: (dag/maand/jaar): ./. ./ . . . . . Naam:

Ik voel me gespannen

bijna altijd  vaak  soms  nooit

Ik geniet nog steeds van de dingen waar ik gewoonlijk van kon genieten

zeker zo veel  wat minder  duidelijk minder  nauwelijks nog

Ik heb een angstig gevoel alsof er iets vreselijks gaat gebeuren

zeer zeker  zeker  een beetje  helemaal niet

Ik kan lachen en de dingen van de vrolijke kant zien

net zo veel als gewoonlijk  nu wat minder  nu duidelijk minder  helemaal niet meer

Ik maak me zorgen

heel vaak  vaak  niet zo vaak  heel soms

Ik voel me opgewekt

nooit  heel af en toe  soms  meestal

Ik kan me ontspannen

altijd  meestal  af en toe  nooit

Ik heb het gevoel dat bij mij alles moeizamer gaat

bijna altijd  heel vaak  soms  nooit

Ik heb een angstig, gespannen gevoel in mijn buik

nooit  soms  vrij vaak  heel vaak

Het interesseert me niet meer hoe ik er uit zie

inderdaad, helemaal niet meer  ik besteed minder aandacht aan mezelf

ik besteed misschien iets minder aandacht aan mezelf

ik besteed net zo veel aandacht aan mezelf als gewoonlijk

Ik voel me onrustig

inderdaad, zeer vaak  tamelijk vaak  soms  nooit

Ik kijk met plezier uit naar de dingen

net zo veel als gewoonlijk  iets minder dan gewoonlijk  veel minder dan gewoonlijk

nauwelijks

Ik raak plotseling in paniek

inderdaad, zeer vaak  tamelijk vaak  soms  nooit

Ik kan genieten van een goed boek, een radio- of televisieprogramma

vaak  regelmatig  af en toe  zelden

*Wilt u alstublieft controleren of u alle vragen ingevuld heeft? Bedankt voor de moeite!*