

GAMILTON SHKALASI

Ushbu shkala xavotirli-depressiv buzilishlar kuzatilgan bemorlarda qo'llaniladi. Shkaladagi savollar bemorni so'nggi hafta ichida bezovta qilayotgan simptomlarni aniqlash va baholashga qaratilgan. Yuqorida keltirilgan so'rovnomalardan farqli o'laroq, *Gamilton shkalasi mutaxassis tomonidan to'ldiriladi*. Shkalani to'ldiruvchi mutaxassis tajribali bo'lishi, depressiyaning klinik ko'rinishlari va shkalada ko'rsatilgan savollarni mukammal bilishi lozim.

Shkalani to'ldirayotganda bemorni shoshirmaslik, unga bosim o'tkazmaslik, bemor savollar ma'nosini anglay olmasa, uni lo'nda va sodda til bilan tushuntirish zarur. Agar shkalani to'ldirayotgan mutaxassisda bemorning javoblari shubha uyg'otsa, qo'shimcha ma'lumot uchun uning ahvolini yaqindan biladigan qarindoshlari yoki uni davolayotgan vrach jalb qilinadi. Ushbu shkala bo'yicha qayta tekshiruvlar o'tkazilayotganda bemorga ham, mutaxassisga ham avvalgi to'ldirilgan shkala ma'lumotlaridan foydalanish man qilinadi. Faqat qayta tekshiruv o'tkazilgach, uning xulosalari avvalgi tekshiruv xulosalari bilan solishtiriladi.

Shkaladagi har bir savolga berilgan javob variantlari 0–2 ball, 0–3 ball va 0–4 ball qilib belgilangan. 16-ustundagi tana vaznini baholash bo'yicha berilgan savolga 16a yoki 16b bo'yicha javob berish kerak. Shkala ilk bor to'ldirilayotganda 16a punkt bo'yicha (anamnezga asoslanib), ikkinchi safar to'ldirilayotganda, ya'ni bemorning ahvoli dinamikada o'rganilayotganda javobni 16b punkt bo'yicha (tana vaznini ob'ektiv tekshiruvlarga) belgilagan ma'qul. Depressiyaning ba'zi turlarida bemorning ahvoli, ayniqsa, kayfiyati kun bo'yi o'zgarib turishi mumkin, masalan, ertalab kayfiyati yaxshi, kechqurun esa yomon. Bu holatni belgilash 18-punktida ko'rsatilgan. Agar bemorning ahvolidagi kun bo'yi o'zgarishlar kuzatilmasa, 18a punkt bo'yicha 0 ball belgilanadi, bunda 18b punkt bo'sh qoldiriladi. Agar kun bo'yi depressiya alomatlari kuchayib turishi kuzatilsa, 18a punkt bo'yicha uning ertalab yoki kechqurun bo'layotganligi baholanadi, 18b punkt bo'yicha esa ushbu kuchayishlarning darajasi baholanadi.

Gamiltonning depressiyani (HAM-D) va xavotirni aniqlash shkalasi (NAM-A) mavjud. Dastlab depressiyani aniqlovchi baholovchi shkalani keltirib o'tamiz.

Gamilton shkalasi blanki
(*depressiyani aniqlash uchun*)

Ism-sharifi.....; Yoshi.....; jinsi.....; sana.....

Ball	1. Depressiv kayfiyat
0	Yo'q
1	Ko'rsatilgan holatlar so'ralganda aytiladi
2	To'satdan o'zi shikoyat qiladi
3	Xulq-atvoridan (harakatlari, holati, mimikasi, ovozi, yig'loqilik) bilib olinadi
4	Ko'rsatilgan holatlar ham gapirishidan, ham xulq-atvoridan bilinib turadi
2. Aybdorlik hissi	
0	Yo'q
1	O'zini kamsitish, boshqalarga pand berish hissi
2	O'zini kamsitish hissi, o'z xatolari va gunohlarini azob bilan eslash
3	Hozirgi kasalligini go'yoki unga berilgan jazodek his qiladi, aybdorlik hissi
4	Ayblovchi va/yoki qoralovchi mazmundagi verbal gallyutsinatsiyalar, va/yoki qo'rqituvchi mazmundagi ko'ruv gallyutsinatsiyalari
3. Suitsidal niyatlar	
0	Yo'q
1	Yashashning keragi yo'q deb his qilish
2	O'lish xohishi yoki o'lishi mumkinligi haqidagi xayollar
3	O'z joniga qasd qilish haqida gapirish yoki imo-ishorasida bildirish
4	Suitsidal urinishlar
4. Erta uyqusizlik	
0	Qiynalmay uyquga ketish
1	Ba'zan uyqu kelmasligidan shikoyat qilish (30 daqiqadan ko'proq)
2	Har kecha uxlay olmayotganidan shikoyat qilish
5. O'rta uyqusizlik	
0	Yo'q
1	Tun mobaynida notinch uyqudan shikoyat qilish
2	Butun tun bo'yi bir necha bor uyg'onib ketish, o'rnidan turish
6. Kechikkan uyqusizlik	
0	Yo'q

1	Erta uyg'onib ketish va keyin yana uyquga ketish
2	Saharda butunlay uyg'onib ketish
7. Ishchanlik va faollik	
0	Qiyinchiliklar yo'qligi
1	Ishga qodir emaslik hissi, charchash va xolsizlik holati,
2	Ishga va boshqa faoliyatga qiziqishning yo'qolishidan shikoyat qilish yoki xulq-atvorida sezdirib turish, beqarorlik va apatiya (qo'shimcha tarzda ishga yoki faollikka tashqaridan undashga muhtoj)
3	Faollikni namoyon qiluvchi belgilarning yo'qligi yoki ish samaradorligining pasayishi
4	Kasallik sababli ishdan voz kechish
8. Karaxtlik <i>(fikrlar karaxtligi va nutqning sekinlashuvi, fikrni bir joyga jamlay olmaslik, harakat faolligining pasayishi)</i>	
0	Nutq va fikrlash saqlangan
1	Suhbat chog'ida engil karaxtlik
2	Suhbat chog'ida sezilarli karaxtlik
3	Fikrini jamlay olmaslik yaqqol bilinib turadi
4	Stupor
9. Ajitatsiya	
0	Yo'q
1	Notinchlik
2	Qo'li bilan tartibsiz harakatlar qilishi, sochini yulish
3	Qimirlayverish, bir joyda o'tira olmaslik
4	Qo'li bilan chertaverish, tirnog'ini tinimsiz tishlash, sochini yulish, labini tishlash
10. Ruhiy xavotir	
0	Yo'q
1	Sub'ektiv taranglik va jahldorlik
2	Arzimagan narsaga bezovtalanish
3	So'zida va yuzida aks etgan xavotir
4	Qo'rquvning yuzida aks etib turishi

	11. Somatik xavotir <i>(xavotirning fiziologik ko'rinishlari – gastrointestinal – og'iz qurishi, meteorizm, dispepsiya, diareya, spazmlar, kekirish, yurak-qon tomir – yurak urishi, bosh og'riqlar, nafas olish – giperventilyatsiya, nafas etishmovchiligi + peshobning tezlashuvi, terlash.</i>
0	Yo'q
1	Sust
2	O'rtacha
3	Kuchli
4	O'ta kuchli
	12. Oshqozon-ichak sistemasi belgilari
0	Yo'q
1	Ishtaha yo'qolishi, biroq ovqat eyishga ortiqcha zo'rlamaslik, qorinda og'irlik hissi
2	Kuchli undashlar hisobiga ovqatlanishga rozi bo'lish, ichni suruvchi dorilarga yoki gastrointestinal simptomlarni bartaraf qilishga ehtiyoj sezish
	13. Umumiy somatik simptomlar
0	Yo'q
1	Oyoqlarda og'irlik, bel va bosh og'rig'i, mushaklarda og'riq, quvvat yo'qligi yoki holdan toyish hissi
2	Har qanday kuchli ifodalangan simptomlar
	14. Genital simptomlar <i>(libido yo'qolishi, xayz buzilishi)</i>
0	Yo'q
1	Sust ifodalangan
2	Kuchli ifodalangan
	15. Ipoxondriya
0	Yo'q
1	O'z dunyosiga g'arq bo'lish
2	Sog'lig'idan haddan tashqari aziyat chekish
3	Shikoyatlar ko'pligi, yordam haqida iltimoslar
4	Ipoxondrik g'oyalar

	16. Tana vaznining kamayishi (A yoki B baholanadi)
	A. Anamnez bo'yicha
0	yo'q
1	Ushbu kasallik sababli tana vazni kamaygani taxmini
2	Tana vaznining yaqqol kamayishi (so'ziga qaraganda)
3	Baholash qiyin
	B. Agar tana vaznida o'zgarish har haftada kuzatilsa
0	Haftasiga 0,5 kg dan kam
1	Haftasiga 0,5 kg dan ko'p
2	Haftasiga 1 kg dan ko'p
3	Baholash qiyin
	17. Tanqidiy munosabat
0	Betobligini anglaydi
1	Betobligini anglash, biroq uning sababi yomon ovqatlanganidan, charchaganidan, ob-havodan va h.k. dan deb bilish
2	Betobligini butunlay anglamaydi
	18. Kundalik ikkilanishlar (B punkt baholanishi uchun A punktda buzilishlar aniqlanishi kerak)
	A. Simptomlar o'ta rivojlangan paytlarda
0	Ikkilanishlar yo'q
1	Ertalab
2	Kechqurun
	B. Rivojlanganlik darajasi:
0	Yo'q
1	Sust
2	Kuchli
	19. Depersonalizatsiya va derealizatsiya (o'zining va atrofdagilarning o'zgarganligi)
0	Yo'q
1	Sust

2	O'rtacha
3	Kuchli
4	o'ta kuchli
20. Paranoidal simptomlar	
0	Yo'q
1	Gumonsirash
2	munosabatlar g'oyasi
3	ta'qib qilinish fikrlari
21. Obsessiv va kompulsiv simptomlar	
0	Yo'q
1	Engil
2	Og'ir

Gamilton shkalasi kaliti
(*depressiyani baholash uchun*)

Shkala punktlari	Belgilar darajasi (ball)				
	Yo'q	Engil	O'rtacha	Og'ir	O'ta og'ir
1. Depressiv kayfiyat	0	1	2	3	4
2. Aybdorlik hissi	0	1	2	3	4
3. Suitsidal niyatlar	0	1	2	3	4
4. Erta uyqusizlik	0	1	2		
5. O'rta uyqusizlik	0	1	2		
6. Kechikkan uyqusizlik	0	1	2		
7. Ishchanlik va faollik	0	1	2	3	4
8. Karaxtlik	0	1	2	3	4
9. Ajitatsiya	0	1	2	3	4
10. Ruhiy xavotir	0	1	2	3	4
11. Somatik xavotir	0	1	2	3	4
12. Oshqozon-ichak sistemasi belgilari	0	1	2		
13. Umumiy somatik simptomlar	0	1	2		

14. Genital simptomlar	0	1	2		
15. Ipoxondriya	0	1	2	3	4
16. Tana vaznining kamayishi A	0	1	2	3	
16. Tana vaznining kamayishi B	0	1	2	3	
17. Tanqidiy munosabat	0	1	2		
18. Kundalik ikkilanishlar A	0	1	2		
18. Kundalik ikkilanishlar B	0	1	2		
19. Depersonalizatsiya va derealizatsiya	0	1	2	3	4
20. Paranoidal simptomlar	0	1	2	3	
21. Obsessiv va kompulsiv simptomlar	0	1	2		

Depressiya darajalari (ball):

- 0–7 – depressiya yo‘q
- 8–13 – engil depressiya
- 14–18 – o‘rta darajadagi depressiya
- 19–22 – og‘ir depressiya
- 23 dan yuqori – o‘ta og‘ir depressiya

Gamilton shkalasi

(xavotirni aniqlash uchun)

Shkalaning ushbu varianti (HAM-A) xavotir darajasini aniqlash va baholash uchun qo‘llaniladi. Bu shkala 14 ko‘rsatkichdan iborat bo‘lib, yonida simptomlar tavsifi ham keltirilgan. Har bir ko‘rsatkich 0 baldan 4 balgacha baholanadi. 0 ball xavotir yo‘qligini bildirsa, 4 ball xavotirning yuqori darajasini ko‘rsatadi. Umumiy ballar yig‘indisiga ko‘ra so‘nggi xulosa yoziladi.

Gamilton shkalasi blanki

(xavotirni aniqlash uchun)

Ism-sharifi..... Yoshi..... Jinsi..... Sana.....

Shkala punktlari	Tavsifi	Ball
1. Xavotirli kayfiyat	Tashvishlanish, yomonlikni kutish, xavotirlanish, hadiksirash, jahldorlik	
2. Taranglik	Asablar tarangligi, seskanish, darrov yig‘i	

	kelishi, titroq bosish, bezovtalanish hissi, bo'shashib tinchlana olmaslik.	
3. Qo'rquv	Qorong'ilikdan, begonalardan, yolg'izlikdan, hayvonlardan, olomon va transportdan qo'rqish	
4. Insomniya	Uyqu kelishi qiyinligi, uzoq-yuluq uyqu, uyqudan charchab turish, yomon tushlar ko'rish	
5. Intellektual buzilishlar	Fikrni bir joyga jamlay olmaslik, xotira buzilishi	
6. Depressiv kayfiyat	Odatiy qiziqishlarning yo'qolishi, o'zi yoqtirgan faoliyatdan qoniqmaslik, tushkun kayfiyat, erta uyg'onish, kayfiyatning kun bo'yi o'zgarib turishi	
7. Somatik motor simptomlar	Og'riqlar, titrash, taranglik, klonik titrashlar, tishlarni g'ichirlatish, ovozning titrab chiqishi, mushaklar tarangligi	
8. Somatik sensor simptomlar	Quloqda shovqin, ko'z oldi tumanlashuvi, qizib ketish yoki sovuq qotish, holsizlikni his qilish, tanada noxush sezgilar	
9. Yurak-qon tomir simptomlari	Taxikardiya, yurak urib ketishi, ko'krak qafasida og'riqlar, tomir urishini sezib turish, tez-tez xo'rsinish	
10. Respirator simptomlar	Ko'krak qafasi bosilgandek va siqilgandek bo'lishi, nafas olish qiyinligi, tez-tez xo'rsinish	
11. Gastrointestinal simptomlar	Yutish qiyinlashuvi, meteorizm, qorinda og'riq, jig'ildon qaynashi, oshqozonda to'qlik hissi, ko'ngil aynish, qusish, qorinda g'o'ldirash, diareya, qabziyat, tana vazni kamayishi	
12. Siydik ajratish sistemasi va jinsiy a'zolar simptomlari	Peshobning tezlashuvi, siyishga kuchli istakning paydo bo'lishi, amenoreya, menoragiya, frigidlik, erta eyakulyatsiya, libido so'nishi,	

	impotentsiya	
13. Vegetativ simptomlar	Og'iz qurishi, teri qizarib yoki oqarib ketishi, terga botish, siquvchi bosh og'riqlar	
14. Ko'rik paytida xulq-atvori	Tinch o'tira olmaslik, bezovtalangan mimik harakatlar, tremor, yuzda taranglik va xo'mrayish alomatlari, xo'rsinaverish yoki nafas olishning tezlashuvi, tupugini yutaverish	
Ballar yig'indisi		

Gamilton shkalasi kaliti
(xavotirni baholash)

Shkala punktlari	Belgilar darajasi				
	Yo'q	Engil	O'rtacha	Og'ir	Juda og'ir
1. Xavotirli kayfiyat	0	1	2	3	4
2. Keskinlik, taranglik	0	1	2	3	4
3. Qo'rquv	0	1	2	3	4
4. Insomniya	0	1	2	3	4
5. Intellektual buzilishlar	0	1	2	3	4
6. Depressiv kayfiyat	0	1	2	3	4
7. Somatik motor simptomlar	0	1	2	3	4
8. Somatik sensor simptomlar	0	1	2	3	4
9. Yurak-qon tomir simptomlari	0	1	2	3	4
10. Respirator simptomlar	0	1	2	3	4
11. Gastrointestinal simptomlar	0	1	2	3	4
12. Siydik ajratish sistemasi va jinsiy a'zolar simptomlari	0	1	2	3	4
13. Vegetativ simptomlar	0	1	2	3	4
14. Ko'rik paytida xulq-atvori	0	1	2	3	4
Ballar yig'indisi					

Ballar yig'indisi:

0-7 – xavotir yo'q

8-19 – engil xavotir

20 va undan yuqori – kuchli xavotir

Manba: ©Z. Ibodullayev. Tibbiyot psixologiyasi. Darslik., 3-nashr., T.; 2019., 494b. © Ibodullayev ensiklopediyasi., 2022 y; ©www.asab.uz