ASRM

Altmans selvvurderingsskala for mani (ASRM)

ASRM er et selvrapporteringsverktøy som måler alvorlighetsgraden av maniske symptomer hos personer som mistenkes å ha stemningslidelser, særlig bipolar lidelse. Det er raskt og enkelt å administrere og gir et standardisert kvantitativt mål på manisk symptomatologi de siste 7 dagene.

Antall spørsmål	5 spørsmål
Estimert tid	5 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Altman Self-Rating Mania Scale
Målgruppe	Voksne
Forfattere	Emmanuel S. Altman, Robert C. Hedeker, David S. Peterson, Ronald W. Davis (1997)
Kategori	Stemningslidelser

Forhåndsvisning av de 5 spørsmålene

Slik du har følt deg den siste uken:

Positivt humør

- Jeg føler meg ikke gladere eller mer oppstemt enn vanlig.
- Jeg føler meg av og til gladere eller mer oppstemt enn vanlig.
- Jeg føler meg ofte gladere eller mer oppstemt enn vanlig.
- Jeg føler meg gladere eller mer oppstemt enn vanlig mesteparten av tiden.
- Jeg føler meg gladere eller mer oppstemt enn vanlig hele tiden.

Slik du har følt deg den siste uken:

Selvtillit

- Jeg føler meg ikke mer selvsikker enn vanlig.
- Jeg føler meg av og til mer selvsikker enn vanlig.
- Jeg føler meg ofte mer selvsikker enn vanlig.
- Jeg føler meg mer selvsikker enn vanlig.
- Jeg føler meg ekstremt selvsikker hele tiden.

Slik du har følt deg den siste uken:

Søvnmønster

- Jeg trenger ikke mindre søvn enn vanlig.
- Jeg trenger av og til mindre søvn enn vanlig.
- Jeg trenger ofte mindre søvn enn vanlig.
- Jeg trenger svært ofte mindre søvn enn vanlig.
- Jeg kan gå hele døgnet uten søvn og likevel ikke føle meg trett.

Slik du har følt deg den siste uken:

Tale

- Jeg snakker ikke mer enn vanlig.
- Jeg snakker av og til mer enn vanlig.
- Jeg snakker ofte mer enn vanlig.
- Jeg snakker svært ofte mer enn vanlig.
- Jeg snakker uavbrutt og lar meg ikke avbryte.

Slik du har følt deg den siste uken:

Aktivitetsnivå

- Jeg har ikke vært mer aktiv (verken sosialt, seksuelt, på jobb, hjemme eller på skolen) enn vanlig.
- Jeg har av og til vært mer aktiv enn vanlig.
- Jeg har ofte vært mer aktiv enn vanlig.
- Jeg har svært ofte vært mer aktiv enn vanlig.
- Jeg er konstant aktiv eller i farta hele tiden.

Skåring og tolkning

Hvert spørsmål har fem svaralternativer som skåres fra 0 til 4, noe som gir en totalskår fra 0 til 20. En skår over 6 tyder på et betydelig manisk eller hypomant syndrom. Resultatene må tolkes i lys av pasientens samlede kliniske situasjon.