

Skala for somatiske symptomer (SSS-8)

SSS-8 er et kort selvrapporteringsskjema som måler somatisk symptombelastning de siste 7 dagene. Det utforsker åtte vanlige kroppslige plager, blant annet mage- og tarmplager, rygg- eller leddsmerter, utmattelse, hodepine, svimmelhet, hjertebank eller tung pust og søvnproblemer. Det er mye brukt i primærhelsetjenesten, psykosomatisk medisin og klinisk psykologi og gjør det mulig raskt å identifisere intensiteten av somatiske symptomer, følge forløpet og vurdere den samlede alvorlighetsgraden av somatisk ubehag. Det er et verktøy for screening og oppfølging som er nyttig som supplement til den kliniske samtalen, men det stiller ingen diagnose alene.

Antall spørsmål	8 spørsmål
Estimert tid	2 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Somatic Symptom Scale-8
Målgruppe	Voksne
Forfattere	Birgit Gierk, Martin Kohlmann, Kurt Kroenke, Lutz Spangenberg, Markus Zenger, Elmar Brähler, Bernd Löwe (2014)

Forhåndsvisning av de 8 spørsmålene

I løpet av de siste 7 dagene, hvor mye har du vært plaget av dette problemet:

Mage- eller tarmproblemer

Ikke i det hele tatt | Litt | Noe | Ganske mye | Svært mye

I løpet av de siste 7 dagene, hvor mye har du vært plaget av dette problemet:

Ryggsmerter

Ikke i det hele tatt | Litt | Noe | Ganske mye | Svært mye

I løpet av de siste 7 dagene, hvor mye har du vært plaget av dette problemet:

Smerter i armer, ben eller ledd

Ikke i det hele tatt | Litt | Noe | Ganske mye | Svært mye

I løpet av de siste 7 dagene, hvor mye har du vært plaget av dette problemet:

Hodepine

Ikke i det hele tatt | Litt | Noe | Ganske mye | Svært mye

I løpet av de siste 7 dagene, hvor mye har du vært plaget av dette problemet:

Brystsmerter eller kortpustethet

Ikke i det hele tatt | Litt | Noe | Ganske mye | Svært mye

Bruk spørreskjemaene dine på nett

Send pasienten en lenke: de svarer på mobil eller datamaskin, og du får de skårede resultatene på e-post.

Se spørreskjemaet på mentaal.org ›

Skåring og tolkning

Hvert ledd skåres fra 0 til 4 etter hvor mye symptomet har plaget personen de siste 7 dagene: 0 = ikke i det hele tatt, 1 = litt, 2 = noe, 3 = ganske mye, 4 = svært mye. Totalskåren går fra 0 til 32; jo høyere den er, desto større er den somatiske symptombelastningen. De mest brukte terskelverdiene er: 0—3 minimal, 4—7 lav, 8—11 middels, 12—15 høy, 16—32 svært høy. Tolkningen må ses i pasientens medisinske og psykologiske sammenheng.

Er du psykolog?

Med Mentaal får du nyttig informasjon som hjelper deg i arbeidet med pasientene dine.

- Standardiserte tester
- Automatisk skåring
- Resultater på e-post

Prøv gratis | Se alle spørreskjemaene

★★★★★

“Det er et virkelig pluss i timene når jeg skal vurdere pasienten, og et svært rikt grunnlag for samtaler som utdyper det kliniske arbeidet.”

Ingrid M. - KAT-psykolog