HAM-A

Skala oceny lęku Hamiltona (HAM-A)

Skala oceny lęku Hamiltona (HAM-A) służy do oceny nasilenia lęku u dorosłych pacjentów na podstawie częściowo ustrukturyzowanego wywiadu. Stosuje ją głównie klinicysta; pozwala odróżnić psychiczne i somatyczne objawy lęku. Wykorzystuje się ją zarówno w monitorowaniu klinicznym, jak i w badaniach naukowych do oceny skuteczności interwencji terapeutycznych.

Liczba pytań	14 pytań
Szacowany czas	20 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Hamilton Anxiety Rating Scale
Grupa docelowa	Dorośli
Autorzy	Max Hamilton (1959)
Kategoria	Lęk

Podgląd 14 pytań

Nastrój lękowy

Zamartwianie się, oczekiwanie najgorszego, lękowe wyczekiwanie, drażliwość.

0 - Brak objawów | 1 - Nasilenie łagodne | 2 - Nasilenie umiarkowane | 3 - Nasilenie ciężkie | 4 - Nasilenie bardzo ciężkie

Napięcie

Uczucie napięcia, męczliwość, reakcja przestrachu, łatwe wzruszanie się do łez, drżenie, uczucie niepokoju, niezdolność do odprężenia się.

0 - Brak objawów | 1 - Nasilenie łagodne | 2 - Nasilenie umiarkowane | 3 - Nasilenie ciężkie | 4 - Nasilenie bardzo ciężkie

Lęki

Lęk przed ciemnością, obcymi ludźmi, pozostawaniem w samotności, zwierzętami, ruchem ulicznym, tłumem.

0 - Brak objawów | 1 - Nasilenie łagodne | 2 - Nasilenie umiarkowane | 3 - Nasilenie ciężkie | 4 - Nasilenie bardzo ciężkie

Bezsenność

Trudności z zasypianiem, przerywany sen, sen niedający wypoczynku i zmęczenie po przebudzeniu, sny, koszmary senne, lęki nocne.

0 - Brak objawów | 1 - Nasilenie łagodne | 2 - Nasilenie umiarkowane | 3 - Nasilenie ciężkie | 4 - Nasilenie bardzo ciężkie

Funkcje intelektualne

Trudności z koncentracją, słaba pamięć.

0 - Brak objawów | 1 - Nasilenie łagodne | 2 - Nasilenie umiarkowane | 3 - Nasilenie ciężkie | 4 - Nasilenie bardzo ciężkie

Obliczanie wyników i interpretacja

Każda z 14 pozycji jest oceniana od 0 (brak) do 4 (bardzo silne nasilenie), co daje wynik ogólny od 0 do 56. Wynik 14—17 wskazuje na łagodny lęk, 18—24 na umiarkowany, a 25—30 na ciężki. Interpretacja musi mieć charakter kliniczny i zindywidualizowany.