


# Checklista för hypomani (HCL-32)

HCL-32 är ett självskattningsformulär utformat för att identifiera yttringar av hypomani och är särskilt användbart vid screening för bipolär sjukdom typ II. Det består av 32 ja/nej-frågor och utforskar aktuell sinnesstämning, vanliga humörsvängningar och episoder med ökad energi eller aktivitet. Det ger information om episodernas frekvens, varaktighet och påverkan samt om omgivningens reaktioner. Verktyget har hög diagnostisk sensitivitet och gör det möjligt att skilja bipolära former från unipolära tillstånd.

| | |
|---|---|
| Antal frågor | 32 frågor |
| Beräknad tid | 10 minuter |
| Språk | Svenska |
| Originalnamn | Hypomania Checklist |
| Målgrupp | Vuxna |
| Författare | Jules Angst (2005) |
| Kategori | Förstämningssyndrom |

## Förhandsgranskning av de 32 frågorna

Försök komma ihåg en period då du var i ett ”uppvarvat” tillstånd. Hur kände du dig då?

**Jag behöver mindre sömn**

Ja Nej

Försök komma ihåg en period då du var i ett ”uppvarvat” tillstånd. Hur kände du dig då?

**Jag känner mig mer energisk och aktiv**

Ja Nej

Försök komma ihåg en period då du var i ett ”uppvarvat” tillstånd. Hur kände du dig då?

**Jag har större självförtroende**

Ja Nej

Försök komma ihåg en period då du var i ett ”uppvarvat” tillstånd. Hur kände du dig då?

**Jag tycker mer om mitt arbete**

Ja | Nej

Försök komma ihåg en period då du var i ett ”uppvarvat” tillstånd. Hur kände du dig då?

**Jag är mer social (ringer fler samtal, går ut mer)**

Ja | Nej


### Låt dina patienter fylla i formulären online

Skicka en länk till din patient: hen svarar i mobilen eller på datorn, och du får de poängsatta resultaten via e-post.

Se formuläret på mentaal.org ›


## Poängsättning och tolkning

Poängsättningen bygger på att antalet positiva svar på de angivna hypomana dragen räknas. Hög poäng tyder på sannolik hypomani eller bipolär sjukdom.


# Är du psykolog?

**Med Mentaal får du relevant information som hjälper dig att stödja dina patienter.**

- Standardiserade test
- Automatisk poängsättning
- Resultaten via e-post

Prova kostnadsfritt | Se alla formulär

★★★★★

“Den automatiska poängsättningen sparar enormt mycket tid åt mig, och mina patienter är betydligt mer villiga att fylla i formulären.”

Sara A. - Psykolog online