

Initial Assessment of Post-Traumatic Stress Disorder - Adolescents and Adults

創傷後遺症初步評估 – 青少年及成人

請寫出你所經歷的創傷事件：_____

創傷事件發生的日期和你填寫表格的日期相隔是否 1 個月或以上？ 是 否

(若答「是」，請繼續回答本量表的問題；若答「否」，請使用「急性壓力症初步評估」)

填表提示：人們有時會經歷一些嚴重的創傷事件，在過去 7 天內，你是否因嚴重壓力事件出現以下的困擾？

請在每項選擇一個合適的答案。

	在過去 7 天內，我曾：	全無	輕度	中度	重度	極度
1.	出現「回閃」，即感覺好像過去的創傷事件重演(如透過視覺、聽覺或觸覺重新經歷壓力事件)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
2.	當某件事情讓你想起創傷經歷時，你感到情緒極度低落	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
3.	盡量逃避那些勾起自己回想創傷事件的想法、感受或身體感覺	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
4.	認為某創傷事件的發生歸因於你自己或其他人的錯誤(即使他們無直接傷害你、沒有盡力阻止事情的發生、或你認為是自己的某方面導致創傷事件的出現)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
5.	創傷事件經歷發生後，出現非常消極的情緒狀態(如經歷很多恐懼、憤怒、內疚、羞愧或恐慌)	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
6.	在創傷事故後，對你以前喜歡的活動失去興趣	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
7.	處於「極度警覺」、警惕，或不斷提防危險的狀態	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
8.	當你聽到一個意想不到的聲音時，感到神經緊張或容易受驚	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
9.	處於極度易怒的狀態，以至於你對著其他人大喊、打架或損毀物件	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
總分：						

分數解釋：

總分	創傷後遺症初步評估的嚴重程度及建議
0 至 8 分	正常至頗輕度。如常生活，在有壓力反應時，如果需要，可做些腹式吸呼或放鬆練習
9 至 17 分	輕度至中度。在有壓力反應時，做些腹式吸呼或放鬆練習；可尋求諮詢及進一步評估
18 至 26 分	中度至嚴重。建議尋求諮詢及進一步評估
27 至 36 分	嚴重程度。建議儘快尋求專業評估及接受治療