

Vejledning i udfyldelse af CMDQ-skema.

Et *Common Mental Disorders Questionnaire-skema (CMDQ)* er et spørgeskema, der kan benyttes *som et led* i diagnostik og behandling af tilstande med blandinger af fysiske og psykiske symptomer.

Om CMDQ-skemaets brug:

Et CMDQ-skema kan i et vist omfang bidrage til:

- 1) en vurdering af *typen* og *sammensætningen* af symptomer.
- 2) en vurdering af symptomernes *sværhedsgrad*.
- 3) en afdækning af om der kan være tegn på en *angsttilstand* eller *depression*.
- 4) en vurdering af om der er et *alkoholproblem*
- 5) en vurdering af *effekten af en given behandling*.

Udfyldelse af CMDQ-skemaet:

Spørgsmålene i CMDQ-skemaet handler om hvordan du har haft det gennem *de seneste 4 uger*. Så det er vigtigt at du nøje overvejer din tilstand gennem *hele* denne 4 ugers periode og forsøger at give din bedste vurdering af *hele perioden* indenfor hvert af spørgsmålene.

Indsendelse af skemaet:

Efter udfyldelse af skemaet sendes det til lægen på www.web-patient.dk

Navn: _____

CPR-Nummer: _____

CMDQ-skema

Symptom tjekliste

Hvor meget har du, indenfor de seneste 4 uger, været generet af:	Slet ikke	Lidt	Noget	En hel del	Virkelig meget
1 Hovedpine?	☐	☐	☐	☐	☐
2 Svimmelhed eller tilløb til at besvime?	☐	☐	☐	☐	☐
3 Smerter i hjerte eller bryst?	☐	☐	☐	☐	☐
4 Lavtsiddende rygsmarter?	☐	☐	☐	☐	☐
5 Kvalme eller uro i maven?	☐	☐	☐	☐	☐
6 Muskelsmerter?	☐	☐	☐	☐	☐
7 At du har svært ved at få vejret?	☐	☐	☐	☐	☐
8 Anfald af varme eller kuldefornemmelser?	☐	☐	☐	☐	☐
9 Følelsesløshed eller en snurrende fornemmelse i kroppen?	☐	☐	☐	☐	☐
10 En klump i halsen?	☐	☐	☐	☐	☐
11 At du føler dig svag i kroppen?	☐	☐	☐	☐	☐
12 At dine arme eller ben føles tunge?	☐	☐	☐	☐	☐



Helbredsangst

Hvor meget har du, indenfor de seneste 4 uger, været generet af:		Slet ikke	Lidt	Noget	En hel del	Virkelig meget
13	Bekymringer over, om der er noget alvorligt galt med din krop?	☐	☐	☐	☐	☐
14	Bekymringer over om du selv lider af en sygdom, som du har hørt eller læst om?	☐	☐	☐	☐	☐
15	Mange forskellige slags smerter?	☐	☐	☐	☐	☐
16	Bekymringer over, om du lider af en alvorlig sygdom?	☐	☐	☐	☐	☐
17	Mange forskellige sygdomssymptomer?	☐	☐	☐	☐	☐
18	Tanker om at lægen måske tager fejl, hvis han siger, at der ikke er noget at bekymre sig om?	☐	☐	☐	☐	☐
19	Bekymringer om dit helbred?	☐	☐	☐	☐	☐



Angsttilstand

Hvor meget har du, indenfor de seneste 4 uger, været generet af:	Slet ikke	Lidt	Noget	En hel del	Virkelig meget
20 At du pludselig bliver bange uden grund?	☐	☐	☐	☐	☐
21 Nervøsitet eller indre uro?	☐	☐	☐	☐	☐
22 Anfald af rædsel eller panik?	☐	☐	☐	☐	☐
23 At bekymre dig for meget?	☐	☐	☐	☐	☐

Depression

Hvor meget har du, indenfor de seneste 4 uger, været generet af:	Slet ikke	Lidt	Noget	En hel del	Virkelig meget
24 At føle dig nedtrykt?	☐	☐	☐	☐	☐
25 En følelse af ingenting at være værd?	☐	☐	☐	☐	☐
26 Tanker om at gøre en ende på dit liv?	☐	☐	☐	☐	☐
27 En følelse af at være fanget i en fælde?	☐	☐	☐	☐	☐
28 At føle dig ensom?	☐	☐	☐	☐	☐
29 Selvbefejdelser?	☐	☐	☐	☐	☐

Alkoholproblem

Har du nogensinde indenfor det seneste år:	Nej	Ja
30 Tænkt, at du skulle skære ned på dit alkoholforbrug?	☐	☐
31 Ladet dig irritere over, at andre kritiserede dit alkoholforbrug?	☐	☐
32 Følt skyld over dit alkoholforbrug?	☐	☐
33 Straks fra morgenstunden taget en genstand, for at berolige nerverne eller for at komme dig over dine tømmermænd?	☐	☐