

Angstspørgeskemaet (GAD-10)

Nedennævnte spørgsmål handler om hvordan du har haft det igennem de sidste 2 uger

Hvor stor en del af tiden har du...	Hele tiden	Det meste af tiden	Lidt over halvdelen af tiden	Lidt under halvdelen af tiden	Lidt af tiden	På intet tidspunkt
1 Været nervøs, anspændt eller følt, indre uro?	5	4	3	2	1	0
2 Følt dig ængstelig, bange eller bekymret?	5	4	3	2	1	0
3 Haft hjertebanken eller smerter i brystet?	5	4	3	2	1	0
4 Haft ømhed eller smerter i musklerne, f.eks. i nakken eller i ryggen?	5	4	3	2	1	0
5 Haft svimmelhed eller tilløb til at besvime?	5	4	3	2	1	0
6 Haft tendens til at fare sammen ved selv den mindste foranledning?	5	4	3	2	1	0
7 Været meget rastløs eller haft svært ved at falde til ro?	5	4	3	2	1	0
8 Været nødt til at undgå visse ting steder eller aktiviteter, fordi de gør dig bange?	5	4	3	2	1	0
9 Følt at du bliver let irriteret?	5	4	3	2	1	0
10 Haft besvær med at huske eller svært ved at koncentrere dig?	5	4	3	2	1	0

Total sum