

## ШКАЛА ГАМИЛЬТОНА ДЛЯ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)

Предназначена для измерения тяжести тревожных расстройств пациента. Шкала состоит из 14 пунктов. 13 пунктов относятся к проявлениям тревоги в повседневной жизни. 14-й — к проявлению тревоги при осмотре.

По каждому пункту шкалы устанавливается оценка по следующему критерию:

1. Отсутствие;
2. В слабой степени;
3. В умеренной степени;
4. В тяжелой степени;
5. В очень тяжелой степени.

### 1. ТРЕВОЖНОЕ НАСТРОЕНИЕ

(озабоченность, ожидание наихудшего, тревожные опасения, раздражительность)

### 2. НАПРЯЖЕНИЕ

(ощущение напряжения, вздрагивание, легко возникающая плаксивость, дрожь, чувство беспокойства, неспособность расслабиться)

### 3. СТРАХИ

(темноты, незнакомцев, одиночества, животных, толпы, транспорта)

### 4. ИНСОМНИЯ

(затрудненное засыпание, прерывистый сон, не приносящий отдыха, чувство разбитости и слабости при пробуждении, кошмарные сны)

### 5. ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ НАРУШЕНИЯ

(затруднение концентрации внимания, ухудшение памяти)

### 6. ДЕПРЕССИВНОЕ НАСТРОЕНИЕ

(утрата привычных интересов, чувства удовольствия от хобби, подавленность, ранние пробуждения, суточные колебания настроения)

### 7. СОМАТИЧЕСКИЕ МЫШЕЧНЫЕ СИМПТОМЫ

(боли, подергивания, напряжение, судороги клонические, скрипение зубами, срывающийся голос, повышенный мышечный тонус)

### 8. СОМАТИЧЕСКИЕ СЕНСОРНЫЕ СИМПТОМЫ

(звон в ушах, нечеткость зрения, приливы жара и холода, ощущение слабости, покалывания)

### 9. СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ СИМПТОМЫ

(тахикардия, сердцебиение, боль в груди, пульсация в сосудах, частые вздохи)

### 10. РЕСПИРАТОРНЫЕ СИМПТОМЫ

(давление и сжатие в груди, одуше, частые вздохи)

## 11. ГАСТРОИНТЕСТИНАЛЬНЫЕ СИМПТОМЫ

(затрудненное глотание, метеоризм, боль в животе, изжога, чувство переполненного желудка, тошнота, рвота, урчание в животе, диарея, запоры, снижение массы тела)

## 12. МОЧЕПОЛОВЫЕ СИМПТОМЫ

(учащенное мочеиспускание, сильные позывы на мочеиспускание, аменорея, менорагия, фригидность, преждевременная эякуляция, утрата либидо, импотенция)

## 13. ВЕГЕТАТИВНЫЕ СИМПТОМЫ

(сухость во рту, покраснение или бледность кожи, потливость, головные боли с чувством напряжения)

## 14. ПОВЕДЕНИЕ ПРИ ОСМОТРЕ

(ерзанье на стуле, беспокойная жестикуляция и походка, тремор, нахмуривание лица, напряженное выражение лица, вздохи или учащенное дыхание, частое сглатывание слюны)

### РЕГИСТРАЦИОННЫЙ БЛАНК К ШКАЛЕ ГАМИЛЬТОНА (ТРЕВОГА)

Пункт шкалы	ПОКАЗАТЕЛИ (обвести соответствующие состоянию)				
1. Тревожное настроение	0	1	2	3	4
2. Напряжение	0	1	2	3	4
3. Страхи	0	1	2	3	4
4. Инсомния	0	1	2	3	4
5. Интеллектуальные нарушения	0	1	2	3	4
6. Депрессивное настроение	0	1	2	3	4
7. Соматические мышечные симптомы	0	1	2	3	4
8. Соматические сенсорные симптомы	0	1	2	3	4
9. Сердечно-сосудистые симптомы	0	1	2	3	4
10. Респираторные симптомы	0	1	2	3	4
11. Гастроинтестинальные симптомы	0	1	2	3	4
12. Мочеполовые симптомы	0	1	2	3	4
13. Вегетативные симптомы	0	1	2	3	4
14. Поведение при осмотре	0	1	2	3	4

**Сумма баллов:**.....

Для получения общего балла, отражающего уровень тяжести тревожного расстройства, необходимо сложить баллы по всем пунктам. Кроме того, первые шесть пунктов могут быть оценены отдельно как проявления тревоги в сфере психики, а остальные восемь – как проявления тревоги в соматической сфере.

Значения в 17 баллов и менее свидетельствуют об отсутствии тревоги, 18–24 балла — о средней выраженности тревожного расстройства, 25 баллов и выше — о тяжелой тревоге.