焦虑自评量表（SAS）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序 号 | 条目内容  | 没有或 很少有 | 少部分 时间  | 相当多 时间  | 绝大多 数时间 |
| 1 | 我觉得比平常容易紧张和着急 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | 我无缘无故地感到害怕 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | 我容易心理烦乱或觉得惊慌 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | 我觉得我可能将要发疯 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 我觉得一切都很好，也不会发生什么不幸 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6 | 我手脚发抖打颤  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | 我因为头痛、头颈痛和背疼而苦恼 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | 我感觉容易衰弱和疲乏 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | 我觉得心平气和，并且容易安静坐着 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 10 | 我觉得心跳得很快 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | 我因为一阵阵头晕而苦恼  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | 我有晕倒发作或觉得要晕倒似的  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | 我呼气吸气都感到很容易  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 14 | 我手脚麻木和刺痛 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | 我因为胃痛和消化不良而苦恼 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | 我常常要小便  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 | 我的手常常是干燥温暖的  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 18 | 我脸红发热  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | 我容易入睡，并且一夜睡得很好 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 20 | 我做噩梦 | 1 | 2 | 3 | 4 |

孙乙超.叙事护理对维持性血液透析患者焦虑抑郁及疾病应对方式的影响研究[D].青岛大学,2022.DOI:10.27262/d.cnki.gqdau.2022.000834.

抑郁自评量表（SDS）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序 号 | 条目内容  | 没有或 很少有 | 少部分 时间  | 相当多 时间  | 绝大多 数时间 |
| 1 | 我觉得比平常容易紧张和着急 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | 我觉得一天中早晨最好  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 3 | 我一阵阵哭出来或觉得想哭 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | 我晚上睡眠不好  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 我吃得跟平常一样多 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6 | 我与异性密切接触时和以往一样感到愉快  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 7 | 我发觉我的体重在下降  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | 我有便秘的苦恼  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | 我心跳比平常快  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | 我无缘无故地感到疲乏  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | 我的头脑跟平常一样清楚  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 12 | 我觉得经常做的事并没有困难  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 13 | 我觉得不安而平静不下来  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | 我对将来抱有希望  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 15 | 我比平常容易生气激动  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | 我觉得做出决定是容易的 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 17 | 我觉得自己是个有用的人，有人需要我 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 18 | 我的生活过得很有意思  | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 19 | 我认为如果我死了，别人会过得好些  | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 | 平常感兴趣的事我仍然感兴趣  | 4 | 3 | 2 | 1 |

孙乙超.叙事护理对维持性血液透析患者焦虑抑郁及疾病应对方式的影响研究[D].青岛大学,2022.DOI:10.27262/d.cnki.gqdau.2022.000834.