

ハミルトン抑うつ評価尺度 (STAR*D 版)

項目		重症度評価のための指標
1	抑うつ気分	この1週間、気分が概ね良い時と比べて、気分はどうでしたか？
	0	なし
	1	質問をされた時のみ示される
	2	自ら言葉で訴える
	3	言葉を使わなくても客観的にわかる (表情、姿勢、声、涙もろさ)
2	罪責感	何か悪いことをしてしまったとか、他の人をがっかりさせてしまったと思って、この1週間、自分を責めましたか？
	0	全くなし
	1	自己非難、他人をがっかりさせたという思い (生産性の低下に対する自責感のみ)
	2	過去の失敗や罪を繰り返し考える罪責感の反復 (罪業、後悔、恥の感情)
	3	現在の病気は自分への罰と考える (罪業妄想)
3	自殺傾向	この1週間、生きる価値がないと思ったことがありましたか？死んだ方がましだとか、死ねたらとか、と考えたりしましたか？自分を傷つけたり、自殺することを思いつきましたか？自分を傷つけようと何かを試みたり、人生を終わらせる何らかの手段をとりましたか？
	0	全くなし
	1	生きている価値はないと感じる
	2	死ねたらという願望、自己の死の可能性を考える
	3	自殺をすることがある (自殺念慮)、自殺をほのめかす行動をとる
4	入眠障害	夜寝始める時、寝付くのに何か問題がありましたか？
	0	なし
	1	時々寝付くのに30分以上かかる日が週に2-3日
5	熟眠障害	この1週間、夜中に目が覚めてしまったことがありましたか？
	0	なし
	1	夜中に30分以上覚醒している日が週に2-3日
6	早朝睡眠障害	この1週間、一番遅かった時で、朝何時に起きましたか？
	0	なし
	1	早朝に覚醒するが、再び眠ることができる
7	仕事と活動	この1週間、あなたはどのように過ごしていましたか？仕事は？趣味は？
	0	困難なくできる
	1	仕事や趣味ができない、疲れる、弱気であるといった思いがある (興味や喜びは減退しているが、機能障害はない)
	2	仕事や趣味に対する興味の喪失、社会活動の低下を患者が直接訴える。無理をして仕事を続けている
	3	活動に費やす実時間の減少、生産性の低下
8	精神運動抑制	思考・発話の遅鈍；集中困難；運動機能の低下
	0	問題なし
	1	面接時にわずかな遅延がある
	2	面接時に明らかな遅延がある (話が途切れがち)
	3	面接が困難 (話が長く途切れてしまう)
9	焦燥	不安にともなう不穏
	0	なし
	1	そわそわする
	2	手をもじもじ、髪をいじる
	3	座ってられない
10	精神的不安	この1週間、特に緊張したり、イライラしていましたか？
	0	なし
	1	主観的な緊張、イライラ感
	2	些細なことに悩む
	3	不安感が表情や会話など態度に現れる
4	疑問の余地なく恐怖に怯えている (何もできない状態)	

11	身体的不安	不安感に由来する生理学的徴候（この1週間、以下の症状があれば話してください） 消化器：口渇、腹の張り、消化不良、便秘、下痢、胃痙攣、げっぷ、頻尿 循環器：動機、胸痛 呼吸器：過呼吸、ため息、呼吸困難、 その他：震え、耳鳴り、視界のぼやけ、火照りや冷感、発汗、頭痛
	0	なし
	1	軽度（時々出現するが日常生活に支障なし）
	2	中等度（持続し、多少支障あり）
	3	重度（顕著な日常生活の障害）
12	4	何もできなくなる
	消化器系身体症状	
	0	なし
	1	食欲低下はあるが、促されなくても食事して食事の量の減少なし。
13	2	促されないと食べない。食事の量の減少あり。
	一般的な身体症状	
	0	なし
14	1	手足、背中、頭が重い。背部痛、頭痛、筋肉痛、体力の低下や易疲労感など
	2	何らかの明白な症状（持続的で顕著）
	生殖器症状	性欲の低下、生理不順など
	0	なし
15	1	軽度
	2	重度
	心気症	この1週間、自分の健康を気にしていましたか？
	0	なし
	1	身体のことを気がかり（大丈夫と言われても安心できない）
16	2	健康のこだわっている（医学的に大丈夫と言われても安心できない）
	3	訴えや助けを求める等が頻繁に見られる（医師が見落としていると確信している）
	4	心気妄想（外来患者では稀）
	体重減少	うつ病になってから体重が減りましたか？
17	0	なし：1週間に0.5kg以内
	1	軽度：1週間に0.5kg以上
	2	顕著な減少：1週間に1kg以上
	病識	
17	0	うつ状態で病気であると認識している
	1	病気とわかっているが、食事や気候、過労、ウイルスなどのせいにする
	2	病気であることを否定する
17項目版 HAM-D 合計 (0-52)		
18	日内変動	この1週間、1日のうち特定の時間、例えば朝とか夕方に、より調子が悪いとか、あるいは調子がよいと感じることがありましたか？ チェック：□なし □午前に悪い □午後に悪い
	0	変動なし
	1	軽度
	2	重度
19	現実感喪失・離人症	この1週間、全てのことが現実でない、夢の中にいる、他の人との関係が奇妙に絶たれているといった感じが突然生じたことがありましたか？
	0	なし
	1	軽度
	2	中等度
	3	重度
20	4	深刻（何もできなくなる）
	妄想症状	この1週間、誰かがあなたを辛い目に遭わす、傷つけようとしていると思ったことがありましたか？
	0	なし
	1	疑念を持っている
21	2	関係念慮
	3	被害関係妄想
	強迫症状	この1週間、戸締りを何度も確認したり、繰り返して手を洗うなど何度も繰り返して行うことがありましたか？
21	0	なし
	1	軽度
	2	重度
21項目版 HAM-D 合計 (0-63)		

HAM-Dでうつ病の診断はできないことに注意が必要。治療効果では7点以下が寛解の目安。17版の大まかな目安は以下の通り。

正常 0～7

軽症 8～13

中等症 14～18

重症 19～22

最重症 23点以上