

Akut Stres Belirti Şiddeti—Yetişkin*
***Ulusal Stresli Olaylar Anketi Akut Stres Bozukluğu Kısa Ölçeği**
(National Stressful Events Survey Acute Stress Disorder Short Scale-NSESSS)

İsim: Yaş: Cinsiyet: Erkek Kadın Tarih:

Lütfen yaşadığınız travmatik olayı belirtin: _____

Travmatik olayın tarihi: _____

Talimatlar: İnsanlar bazen stresli olaylardan veya deneyimlerden sonra sorunlar yaşarlar. SON YEDİ (7) GÜN boyunca aşırı stresli bir olay veya deneyim sonrası oluşan yada daha da kötüleşen aşağıdaki problemler sizi ne kadar rahatsız etti? **Lütfen her satırdaki soruyu bir kutucuğu işaretleyerek (✓ veya x) cevaplayınız.**

						Klinisyen kullanımı	
		Hiç	Biraz	Orta	Oldukça çok	Aşırı	Madde puanı
1.	Geçmişteki stresli bir deneyimi herşey tekrardan oluyormuş gibi davrandığınız ya da yaşadığınız(örneğin, stresli deneyimin kısımlarını görerek, işiterek, kokusunu alarak veya deneyimin kısımlarını fiziksel olarak hissederek yeniden deneyimleme gibi), geçmişe dönüşler(flashback) oluyor mu?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	
2.	Stresli deneyiminizi hatırlatan bir şey olduğunda duygusal olarak çok üzgün hisseder misiniz?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	
3.	Kendinizden, bedeninizden, fiziksel çevrenizden veya anılarınızdan uzaklaşmış ya da ayrılmış hisseder misiniz?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	
4.	Stresli deneyiminizi hatırlatan bir şey olduğunda, düşüncelerinizden, duygularınızdan veya fiziksel duyularınızdan kaçınmaya çabalar mısınız?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	
5.	Aşırı tetikte, savunmada olur musunuz? Ya da tehlikeyi sürekli kollar mısınız?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	
6.	Beklemediğiniz bir ses duyduğunuzda yerinizden sıçrar ya da kolaylıkla irkilir misiniz?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	
7.	Başka insanlara bağırarak, onlarla kavga edecek ya da eşyalara zarar verecek kadar tahammülsüz veya aşırı öfkeli olur musunuz?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	
Toplam/Kısmi Ham Puan:							
Eşit Dağıtılmış Toplam Ham Puan: (eğer 1 madde cevaplanmadıysa)							
Ortalama Toplam Puan:							

Kilpatrick DG, Resnick HS, Friedman, MJ. Copyright © 2013 American Psychiatric Association. All rights reserved. This measure can be reproduced without permission by researchers and by clinicians for use with their patients.

Klinisyenler için Yönergeler

Ulusal stresli olaylar anketi akut stres bozukluğu kısa ölçeği 18 yaş ve üstü bireylerde aşırı stresli olay yada deneyim ardından akut stres bozukluğu belirtilerinin şiddetini değerlendiren 7 maddelik bir ölçektir. Ölçek, akut stress bozukluğu tanısı alan(yada klinik olarak akutstres bozukluğu belirtilerine sahip olan) bireylerin klinisyenle yapacağı takip ziyaretleri öncesinde tamamlayacağı şekilde tasarlanmıştır. Her bir madde, bakım alan kişiden **son 7 gün boyunca** süregelen akut stres bozukluğunun şiddetini değerlendirmesini ister.

Puanlama ve Yorumlama

Ölçekteki her madde 5 puanlık bir derecelendirme ile değerlendirilir (0=Hiç; 1=Biraz; 2=Orta; 3=Oldukça çok ve 4=Aşırı). Toplam puan; daha yüksek puanın daha şiddetli akut stres bozukluğu belirtilerini gösterdiği 0 ila 28 puan arasında değişir. Klinisyenden klinik görüşme boyunca ölçekteki her maddenin puanını gözden geçirmesi ve her maddenin ham puanını "Klinisyen Kullanımı" bölümünde belirtmesi istenir. 7 maddenin ham puanları toplam bir ham puan elde etmek için toplanmalıdır. Ek olarak klinisyenden **ortalama toplam puanı** hesaplaması ve kullanması istenir. **Ortalama toplam puan** genel puanı 5-puanlık bir ölçeğe dönüştürür ve klinisyenin bireyin akut stres bozukluğu şiddetini yok(0), hafif(1), orta(2), ciddi (3) ve aşırı(4) olarak değerlendirmesini sağlar. DSM-5 alan çalışmalarında ortalama toplam puan kullanımı güvenilir, kullanımı kolay ve klinisyenler için yararlı bulunmuştur. **Ortalama toplam puan**, toplam ham puanın ölçekteki madde sayısına bölünmesi ile hesaplanır(örn. 7).

Not: Eğer 2 veya daha fazla madde cevaplanmamış (örn. Toplam maddelerin %25 inden fazlası boş) ise toplam puan hesaplanmamalıdır. O yüzden bakım alan birey ölçekteki tüm maddeleri doldurması için cesaretlendirilmelidir. Eğer 1 madde cevapsız bırakılmış ise sizden eşit dağıtılmış bir puan hesaplamanız istenir. Eşit dağıtılmış puan ölçekteki tüm cevaplanmış maddelerin puanlarının **kısmi bir ham puan** elde etmek için toplanması ile hesaplanır. Daha sonra kısmi ham puan ölçekteki toplam madde sayısı (örn. 7) ile çarpılır ve elde edilen değer cevaplanmış madde sayısına bölünür (örn.6). Kısmi ham puanı, toplam ham puana eşit şekilde dağıtmak için formül:

$$\frac{\text{(Ham toplam x 7)}}{\text{Cevaplanan madde sayısı}}$$

Eğer sonuç küsuratlı ise en yakın tam sayıya yuvarlanır.

Kullanım sıklığı

Bireyin akut stres bozukluğunun zaman içindeki şiddetindeki değişiklikleri izlemek için ölçek, bireyin belirtilerinin ve tedavi durumunun istikrarına bağlı olarak, klinik olarak belirtildiği gibi düzenli aralıklarla uygulanabilir. Bir alanda süregiden yüksek puanlar, hasta için daha ileri değerlendirme gerektirebilecek kadar önemli ve sorunlu bir hastalığı gösterebilir. Klinik yargınız kararlarınızda yol gösterici olmalıdır.