

नाम →  Date

पिछले दो सप्ताह में, आपको नीचे लिखी मुश्किलों से कितने दिन परेशानी का सामना करना पड़ा?

PHQ-9	अपना उत्तर देने के लिए (✓) के चिन्ह का प्रयोग करें	एक भी दिन नहीं	कुछ दिन	आधी से ज्यादा दिन	हर दिन
1	कोई भी काम करने में कोई खुशी नहीं होती और नाहीं कोई चाहत होती है।	0	1	2	3
2	उदास रहना जा हर वक़्त निराशा में रहना	0	1	2	3
3	नींद का ना आना जा फिर सोए रहने में मुश्किल होना जा बहुत ज्यादा सोए रहना	0	1	2	3
4	थकावट सी रहना जा कमजोरी महसूस करना	0	1	2	3
5	खाने को दित नहीं चाहता जा जरूरत से ज्यादा खाना	0	1	2	3
6	अपने आप में बुरा महसूस करना जा जिंदगी में असफल समझना क्युंकि आप अपनी और परिवार की देख-भाल नहीं करते	0	1	2	3
7	किसी भी काम में मन नहीं लगता जैसे की कुछ पढ़ना जा लिखना जा दूर दूर तक (T.V) देखना	0	1	2	3
8	इतनी आसिता चलते और बातें करते है कि लोग आप को रोगी समझने लगे जा फिर इस का उलट - की आप हर समय बहुत जल्दी में और बेचैनी में रहते है	0	1	2	3
9	आप यह सोचें की ऐसी जिंदगी मैं कैसी अचढ़ी है। जा फिर अपने को मुकामान करना चाहें।	0	1	2	3

# HINDI (हिंदी)

GAD-7	अपना उत्तर देने के लिए (✓) के चिन्ह का प्रयोग करें	एक भी दिन नहीं	कई दिन	आधे से ज्यादा दिन	हर दिन
1	घबराहट ज प्रेशानी महसूस करना	0	1	2	3
2	चिंता की रोक न पाना	0	1	2	3
3	हर बात के लिए ज्यादा चिंतक रहना	0	1	2	3
4	आराम न कर पाना	0	1	2	3
5	इतनी बेचैनी है कि आप के लिए एक जगह पर आराम से बैठना मुशकिल है	0	1	2	3
6	समूची सौ बात पर गुस्सा जा नाराज है बैठना	0	1	2	3
7	कोई अचानक घटना घटने का डर ज अच महिसूस होता है	0	1	2	3
<p>अगर आप ऊपर लिखी बातों की वजह से कोई मुशकिल महिसूस करते हैं, तो इन मुशकिलों का आप की प्रीवरक जिंदगी, करीबार ज रोजगार, ज फिर आप के रिशतों पर कितना बुरा असर होता है, और आप के लिए कितनी ज्यादा मुशकिल आती है।</p>					
कोई भी मुशकिल नहीं <input type="checkbox"/>		समूची सौ मुशकिल आती है <input type="checkbox"/>		बहुत सी मुशकिल आती हैं <input type="checkbox"/>	
		बहुत ही ज्यादा मुशकिल आती हैं <input type="checkbox"/>			