

GAD-7

છેલ્લા બે અઠવાડિયામાં નીચે દર્શાવેલ સમસ્યાઓ દ્વારા આપ કેટલી વાર હેરાન થયા છો? (તમારો જવાબ દર્શાવવા માટે "✓" નો ઉપયોગ કરો)	જરા પણ નહી	કેટલાય દિવસો	અર્ધાથી વધારે દિવસોમાં	લગભગ રોજ
1. ગભરાટ થવી, ચિંતાતુર અથવા સખત તંગ રહેવું	0	1	2	3
2. ચિંતાને રોકવી અથવા કાબુમાં રાખી ન શકવી	0	1	2	3
3. અલગ-અલગ વસ્તુઓ માટે વધારે પડતી ચિંતા કરવી	0	1	2	3
4. આરામ કરવામાં તકલીફ	0	1	2	3
5. એવું અશાંત થવું કે એકસરખું બેસી રહેવામાં મુશ્કેલી પડે	0	1	2	3
6. સહેલાઈથી હેરાન થાય અથવા ચીડ આવી જાય	0	1	2	3
7. કદાચ કશુંક ભયંકર થવાનું હોય એવી બીક લાગે	0	1	2	3

(For office coding: Total Score T_____ = _____ + _____ + _____)

Drs. Robert L. Spitzer, Janet B.W. Williams, Kurt Kroenke અને સહયોગિયો દ્વારા Pfizer Inc થી શૈક્ષણિક અનુદાન ની સહાયતા થી વિકસિત । અનુવાદ, પ્રતિલિપી તૈયાર કરવા, પ્રકાશિત અથવા વિતરણ કરવા અનુમતિની આવશ્યકતા નથી।