

4DSQ, instruktion

4DSQ (Four-Dimensional Symptom Questionnaire) är ett självskattningsformulär som mäter fyra dimensioner av vanlig psykopatologi: distress, depression, ångest och somatisering. Det huvudsakliga syftet med 4DSQ är att skilja mellan stressrelaterade tillstånd och psykiatrisk sjukdom.

4DSQ kan användas som en del i anamnesen och som en förklaringsmodell i samtalet med patienter. Består av 50 frågor.

Skattningsformuläret 4DSQ har utvecklats i primärvården i Holland. Det har översatts till svenska av ett tvärprofessionellt team verksamt vid Gislaveds Vårdcentral Bra Liv. Översättningen är validerad. Formuläret är tillgängligt kostnadsfritt för användning inom offentligt finansierad vård.

Se film om 4DSQ, information, bakgrund, begreppsmodell och erfarenheter från Gislaveds vårdcentral (14 min) Länk finns på sidan Bedömningsinstrument A-Ö under *Relaterat innehåll*.

Poängräkning och tolkning

Distress-skalan mäter icke-specifika symtom på psykopatologi, från oro och irritabilitet till orkeslöshet och misströstande. Distress ensamt, eller i kombination med somatisering, är utmärkande för de stressrelaterade tillstånd som är vanliga i primärvården. Distress är vad man upplever när man är "stressad". Höga värden är utmärkande för ett utmattningssyndrom.

Distress är också alltid en icke-specifik komponent av depressions- och ångestsjukdomar med deras specifika symtom som anhedoni vid depression och okontrollerbar panik och rädsla vid ångestsjukdomar. Den relativt ovanliga psykiatriska sjukdomen somatiseringssyndrom skall övervägas vid höga värden på somatisering.

Poängräkning

nej = 0

ibland = 1

regelbundet, ofta, väldigt ofta eller hela tiden = 2

Tolkning

	Lågt	Måttligt förhöjt	Starkt förhöjt
Distress	0-10: normal reaktion på stress; i princip krävs inga åtgärder	11-20: ökad reaktion på stress med risk för störd funktion; stressreduktion är önskvärd	21-32: allvarlig reaktion på stress med hög risk för utmattningssyndrom; behandling och

			rehabilitering
Depression	0-2: med stor sannolikhet inte någon depressiv sjukdom	3-5: möjligen depressiv sjukdom, tag en noggrann anamnes för depression	6-12: relativt hög risk för depressiv sjukdom; tag en noggrann anamnes för depression
Ångest	0-3: med stor sannolikhet inte ett ångest-syndrom	4-9: möjligt ångestsyndrom; tag en noggrann anamnes för ångestsyndrom	10-24: relativt hög risk för ett eller flera ångestsyndrom; tag en noggrann anamnes för ångestsyndrom
Somatisering	0-10: normal fysisk reaktion på stress	11-20: somatisering med autonom dysfunktion som en reaktion på stress; somatiseringssyndrom kan övervägas	21-32: somatisering med autonom dysfunktion som en reaktion på stress; somatiseringssyndrom måste övervägas