

## 《汉密顿焦虑量表（HAMA）》测评报告书

编号：16210452128	性别：男	年龄：20
姓名：沈 聪	学历：大学本科	出生日期：1997/10/24
所属：	职业：学生	测试日期：2017-12-22 15:51

### 一、测验简介

汉密顿焦虑量表，由Hamilton于1959年编制，包括14个项目，主要用于评定神经症及其他病人焦虑症状的严重程度，是精神科中应用较为广泛的由医生评定的量表之一。

HAMA是一种医生用最经典的焦虑量表，它能很好地评定治疗效果，以及比较治疗前后症状变化。如利用因子分析法作疗效分析，还能确切地反映各靶症状群的变化情况。本量表不太适宜于估计各种精神病时的焦虑状态。同时，与HAMD相比较，有些重复的项目，如抑郁心境、躯体性焦虑、胃肠道症状及失眠等，故对于焦虑症与抑郁症，HAMA与HAMD一样，都不能很好地进行鉴别。

### 二、测评结果

#### 【总分】

总分	得分等级
12	1

#### 【因子分】

因子名称	因子得分
躯体性焦虑	0
精神性焦虑	12

分数等级说明：0 无，1 轻，2 中，3 重，4 极重。

### 三、分析说明

被评定者测验结果为可能有焦虑症状，即轻度焦虑。在日常生活中，绝大部分情况下情绪基本稳定，较少出现诸如紧张焦虑、无因的惊恐和可能不幸的预感、手足颤抖、躯体疼痛、乏力、无法静坐、心悸、头昏、呼吸困难、手足麻木刺痛、胃痛或消化不良、尿意频繁、多汗、面部潮红、睡眠障碍和恶梦等症状，即使有时出现上述症状，但程度也较轻，被评定者能够进行自我调整，并不影响被评定者的日常生活、工作和社交活动。

### 四、指导建议

被评定者只是有时可能会有焦虑症状，且焦虑症状很轻，心态总体来说是放松的。希望被评定者在未来的生活与学习中能够在这个方面取得进一步的发展，预防过度焦虑状态的产生。建议被评定者培养广泛的爱好，积极参加体育运动，保持轻松、愉快的心境，这样即使在外界压力较大的情况下也可以防止焦虑情绪的积累；培养高效的工作和学习习惯，减少工作学习带来的压力，增加应对压力的信心；掌握一些常用的放松方法，比如肌肉放松法、呼吸放松法和想象式放松等。

### 答题情况

被测试者对每个测试题目的具体答案如下：

1. (D)	2. (D)	3. (C)	4. (B)	5. (B)	6. (B)	7. (A)	8. (A)
9. (A)	10. (A)	11. (A)	12. (A)	13. (A)	14. (B)		