

ОПРОСНИК ДЛЯ САМОДИАГНОСТИКИ КОГНИТИВНОГО РАССТРОЙСТВА

Инструкция: выберите свой вариант ответа. Сложите полученные баллы.

	0 - никогда	1 - редко	2 - иногда	3 - часто	4 - очень часто
1. Я забываю номера телефонов	0	1	2	3	4
2. Я забываю, что и куда положил	0	1	2	3	4
3. Оторвавшись от книги, не могу найти место, которое читал	0	1	2	3	4
4. Мне нужно составить список дел, чтобы ничего не забыть	0	1	2	3	4
5. Я забываю о назначенных встречах	0	1	2	3	4
6. Я забываю, что планировал сделать по дороге домой	0	1	2	3	4
7. Я забываю имена старых знакомых	0	1	2	3	4
8. Мне трудно сосредоточиться	0	1	2	3	4
9. Мне трудно пересказать содержание телепередачи	0	1	2	3	4
10. Я не узнаю знакомых людей	0	1	2	3	4
11. Мне трудно вникнуть в смысл того, что говорят окружающие	0	1	2	3	4
12. Я быстро забываю имена людей, с которыми знакомлюсь	0	1	2	3	4
13. Я забываю, какой сегодня день недели	0	1	2	3	4
14. Когда кто-то говорит, я не могу сосредоточиться	0	1	2	3	4
15. Я перепроверяю, закрыл ли дверь и выключил ли плиту	0	1	2	3	4
16. Я пишу с ошибками	0	1	2	3	4
17. Я легко отвлекаюсь	0	1	2	3	4
18. Перед новым делом меня нужно проинструктировать несколько раз	0	1	2	3	4
19. Мне трудно сосредоточиться, когда я читаю	0	1	2	3	4
20. Я тут же забываю, что мне сказали	0	1	2	3	4
21. Мне трудно принять решение	0	1	2	3	4
22. Я все делаю очень медленно	0	1	2	3	4
23. Моя голова бывает пустой	0	1	2	3	4

24. Я забываю, какое сегодня число.	0	1	2	3	4
-------------------------------------	---	---	---	---	---

Интерпретация: если сумма баллов превышает 42, предполагается наличие когнитивных нарушений. Требуется консультация специалиста.