

Er is voorzien in een script, dat kan dienen als een voorbeeld van hoe de schaal afgenomen kan worden. Absolute volgzaamheid van het script is niet vereist, de beoordelaar kan zijn eigen formulering kiezen. Zinsneden kunnen naar believen gebruikt worden om zonedig verheldering te bieden. Als een algemene waarschuwing geldt dat het niet de bedoeling is aan de patiënt een beoordeling van “gering”, “gemiddeld” of “ernstig” te ontlokken. Het is juist de bedoeling dat de interviewer informatie verwerft met betrekking tot het item en dan zelf een schaalpunt kiest. Toch kan het soms wel verhelderend zijn de schaallabels te gebruiken om de grens tussen twee niveaus duidelijk te omschrijven. Zo kan de interviewer bijvoorbeeld aan de patiënt vragen of een bepaald symptoom “gemiddeld, met een duidelijke negatieve invloed, maar nog wel te hanteren” last veroorzaakt, dan wel “aanzienlijk, een behoorlijke aanpassing in het dagelijks leven vergend”.

Bij het beoordelen van de items 6 en 7 dient de beoordelaar te letten op inconsistenties met eerdere antwoorden. Het komt wel voor dat de patiënt bij item 1 tot 5 beschrijft dat de symptomen een zware belasting betekenen en het functioneren aanzienlijk belemmert, maar bij de laatste items aangeven dat de klachten maar een geringe invloed hebben op het functioneren in het werk of op sociale contacten. De interviewer dient dergelijke inconsistenties aan te duiden en de patiënt nader te ondervragen.

Er zijn vormen van angst waar veel paniek patiënten last van hebben, die niet aan bod komen in dit instrument. Anticipatieangst voor situaties vanwege iets anders dan paniek (bijvoorbeeld vanwege sociale angst of een enkelvoudige fobieën) wordt niet beschouwd als paniekgerelateerde anticipatieangst. Ook gegeneraliseerde angst wordt niet gemeten met dit instrument. De zorgen van een patiënt met gegeneraliseerde angststoornis zijn vooral gericht op nare gebeurtenissen die in de toekomst zouden kunnen optreden. Dergelijke zorgen hebben meestal betrekking op problemen met de gezondheid (van patiënt zelf of intimi), financiële problemen, werkloosheid of andere calamiteiten die tot het dagelijks leven kunnen behoren.

1. Paniekfrequentie, met daarbij de frequentie van beperkte angstaanvallen (gelimiteerde symptoom aanvallen)

Opmerking: Start dit onderwerp met een korte uitleg over de definitie van een paniekaanval. Een paniekaanval start met een gevoel van onrust of angst dat plotseling opkomt en snel in intensiteit toeneemt. Een aanval bereikt doorgaans zijn piek binnen de 10 minuten. Het gevoel gaat gepaard met onaangename lichamelijke gewaarwordingen zoals hartkloppingen, benauwdheid, een brok in de keel, duizeligheid, zweten en trillen. Vaak zijn er ook nare catastrofale gedachten, zoals de angst om de controle over zichzelf te verliezen, de angst een hartaanval te krijgen of dood te gaan. We spreken van een *volledige paniekaanval* bij ten minste 4 van deze symptomen, een *beperkte angstaanval* lijkt sterk op een volledige paniekaanval, maar er zijn minder dan vier symptomen. Uitgaande van deze definities van een paniekaanval en een beperkte angstaanval.....:

Vraag: Hoeveel volledige paniekaanvallen heeft u in de afgelopen maand gehad? Ik bedoel het soort aanvallen met tenminste 4 symptomen? Hoeveel beperkte angst aanvallen, met minder dan 4 symptomen? Had u gemiddeld meer dan 1 beperkte angstaanval per dag?

(Bereken een weekfrequentie door het totaal aantal gerapporteerde aanvallen te delen door het aantal weken in het tijdsinterval dat gebruikt wordt).

0 = Geen: geen paniek- of beperkte angstaanvallen

1 = Gering: minder dan 1 paniekaanval per week en niet meer dan 1 beperkte angstaanval per dag

2 = Gemiddeld: 1 of 2 paniekaanvallen per week en/of meerdere beperkte angstaanvallen per dag

3 = Ernstig: meer dan 2 paniekaanvallen per week, maar niet meer dan gemiddeld 1 per dag

4 = Extreem: paniekaanvallen traden meer dan eens per dag op, vaker wel dan niet

2. Angst tijdens de paniekaanval of beperkte angstaanvallen

Vraag: Als u de afgelopen maand paniekaanvallen heeft gehad, hoe ernstig (of beangstigend, of onaangenaam) waren die aanvallen? Ik vraag u dus nu hoeveel angst u had tijdens de aanval zelf.

(Dit item is bedoeld om de gemiddelde ernst van de paniekaanvallen die zijn ervaren tijdens de meetperiode vast te stellen. Beperkte angstaanvallen tellen alleen mee als ze meer angst veroorzaakten dan de paniekaanvallen. Wees er zeker van het antwoord van de patiënt betrekking heeft op de angst tijdens de aanval en niet betrekking heeft op anticipatieangst voor paniek.)

Suggesties voor aanvullende vragen: Hoe angstig was u tijdens de aanvallen? Was u in staat om door te gaan met waar u me bezig was toen de aanval optrad? Kon u zich nog concentreren? Was u in staat om in de situatie te blijven waar u was of moest u de situatie verlaten?

0 = Geen: geen paniek- of beperkte angstaanvallen of geen angst tijdens de aanvallen

1 = Gering: niet zo hevige angst, in staat door te gaan met bezigheden

2 = Gemiddeld: angstig, maar nog wel te hanteren, in staat om bezigheden vol te houden met enige moeite

3 = Ernstig: hevige angst en verstoring van bezigheden, verlies van concentratie, wel in staat in de situatie te blijven

4 = Extreem ernstig: extreme angst, gedwongen te stoppen met alle bezigheden, de situatie verlaten indien dat mogelijk was, totaal onvermogen tot concentratie

3. Ernst van de anticipatieangst (zorgen over of angst voor de paniek)

Vraag: Hoeveel zorgen maakte u zich de afgelopen maand over wanneer u weer een paniekaanval zou krijgen of hoe angstig was u hiervoor? Maakte u zich zorgen over uw lichamelijke of geestelijke gezondheid vanwege de paniekaanvallen? Ik heb het nu over de momenten waarop u niet feitelijk een aanval had?

(Anticipatie angst kan betrekking hebben de aanvallen zelf ("Ik ben zo bang dat ik weer een aanval krijg", maar ook op de betekenis die de aanvallen kunnen hebben voor de patiënt "Ik ben zo bang dat ik gek word, ik ben zo bang dat ik in de aanval blijf.."). Denk bij deze vraag aan beide aspecten.)

Suggesties voor aanvullende vragen: Hoe intens was uw angst? Hoe vaak maakte u zich zorgen of hoe vaak was u angstig? Was de angst zo hevig dat het u hinderde bij dagelijkse bezigheden. Indien ja, hoe ernstig was de verstoring?

0 = Helemaal geen zorgen over paniek

1 = Gering: er was af en toe angst of zorgen over paniek

2 = Gemiddeld: vaak bezorgd, angstig maar ook perioden zonder angst. Er is sprake van een merkbare verandering in manier van leven, maar de angst is nog hanteerbaar en het algeheel functioneren is intact

3 = Ernstig: preoccupatie met angst of zorgen over paniek, aanzienlijke verstoring van concentratie en/of functioneren

4 = Extreem: bijna voortdurende en zeer invaliderende angst, niet meer in staat om bepaalde taken uit te voeren vanwege de zorgen of angst voor de paniek

4. Agorafobische angst of vermijding

Vraag: Waren er de afgelopen maand plaatsen of situaties waar u angstig was of die u vermeed, omdat u bang was dat u geen hulp zou kunnen krijgen of er niet weg zou kunnen als u er een paniekaanval zou krijgen? Zijn er andere situaties die u heeft vermeden vanwege de angst voor paniek?

Suggesties voor aanvullende vragen: Situaties als het openbaar vervoer, een auto besturen, tunnels of bruggen, bioscopen, winkels, mensenmenigten? Ergens anders? Was u bang om alleen thuis te zijn of ergens anders alleen te zijn. Hoe vaak was u bang in deze situaties? Hoe sterk was de angst? Vermeed u zulke plaatsen of situaties? Maakte het verschil of er iemand bij u was waar u vertrouwen in stelt? Waren er dingen die u uitsluitend kon doen als iemand u vergezelde? In hoeverre had de angst invloed op uw doen en laten? Moest u uw manier van leven aanpassen vanwege uw angst?

0 = Geen: geen angst of vermijding

1 = Gering: af en toe angst of vermijding, maar doorgaans kon pt. de situatie aan, er was geen of nauwelijks effect op het dagelijks doen en laten

2 = Gemiddeld: duidelijke angst of vermijding, maar nog wel te hanteren, er was wel enig effect op het dagelijks doen en laten, maar geen echte beperkingen in het algemeen functioneren

3 = Ernstig: aanzienlijke vermijding, er is een behoorlijke aanpassing in het dagelijks leven noodzakelijk vanwege de fobie, waardoor het moeilijk is om alledaagse bezigheden uit te voeren

4 = Extreem: voortdurende angst en vermijding, aanzienlijke aanpassing in mijn dagelijks leven is noodzakelijk vanwege de vermijding, zozeer dat belangrijke taken niet uitgevoerd kunnen worden

5. Angst en vermijding van aan paniek gerelateerde gewaarwordingen

Vraag: Soms ervaren patiënten met paniekstoornis lichamelijke gewaarwordingen die lijken op de symptomen van een paniekaanval en die maken dat ze slecht op hun gemak of angstig worden. Waren er in de afgelopen maand activiteiten die u vermeed, omdat u vreesde dat ze onaangename lichamelijke gewaarwordingen zouden oproepen?

Suggesties voor aanvullende vragen: Activiteiten waardoor je hart sneller gaat kloppen, zoals sportbeoefening? Of kijken naar een spannende film of een spannende sportwedstrijd? Seksuele activiteit? Was u bang of vermeed u een hete douche of bad? Gevoelens van duizeligheid of buiten adem zijn? Vermeed u bepaald voedsel of koffie vanwege lichamelijke gewaarwordingen? Zijn er andere activiteiten die u om die reden vermeed? Moest u uw manier van leven aanpassen vanwege de angst?

- 0 = Geen: geen angst of vermijding van situaties of activiteiten die aanleiding kunnen geven tot lichamelijke verschijnselen
- 1 = Gering: af en toe angst of vermijding, maar doorgaans gaat pt. de situatie aan die aanleiding kunnen geven tot lichamelijke verschijnselen. Er is niet of nauwelijks effect op het doen en laten
- 2 = Gemiddeld: merkbare angst of vermijding, maar nog wel te hanteren, er is wel enig effect op het doen en laten, maar pt. is niet echt beperkt in mijn algemeen functioneren
- 3 = Ernstig: aanzienlijke vermijding, er is een behoorlijke aanpassing in mijn dagelijks leven noodzakelijk vanwege de vermijding, die het moeilijk maakt om gewone bezigheden uit te voeren
- 4 = Extreem: voortdurende angst en vermijding, aanzienlijke aanpassing in het dagelijks leven is noodzakelijk vanwege de vermijding, zozeer dat belangrijke taken niet uitgevoerd kunnen worden

6. Beperkingen in de beroepsuitoefening vanwege de paniekstoornis

Opmerking: deze vraag heeft betrekking op werk. Indien de pt. geen beroep uitoefent, vraag dan naar school of de uitvoering van taken in het huishouden

Vraag: In hoeverre hadden in de afgelopen maand de klachten (paniek en angstaanvallen, zorgen over aanvallen, angst over of vermijding van situaties of activiteiten vanwege paniek) een negatieve invloed op de uitoefening van uw beroep (of schoolwerk of de uitvoering van huishoudelijke taken)?

Suggesties voor aanvullende vragen: Hadden de klachten een negatieve invloed op de kwaliteit van uw werk. Was u in staat taken even snel als anders af te maken. Waren er dingen die u niet of niet zo goed kon doen vanwege uw angstklachten. Raffelde u dingen af, of vroeg u meer dan gebruikelijk om hulp om dingen af te krijgen. Konden collega's zien dat u minder goed functioneerde. Waren er klachten over uw functioneren? Klachten van collega's of klachten van huisgenoten over uw (huishoudelijk) werkzaamheden?

- 0 = Geen negatieve invloed of verstoring vanwege de paniek klachten
- 1 = Geringe negatieve invloed op het functioneren, werken valt zwaarder, maar de werkprestatie is nog op niveau
- 2 = Gemiddelde negatieve invloed op het functioneren, de klachten hebben frequent en duidelijk invloed op het werk. In de ogen van andere is de werkprestatie nog wel toereikend
- 3 = Belangrijke negatieve invloed op het functioneren, duidelijk waarneembaar voor anderen. Pt. heeft werkdagen gemist of was op sommige dagen niet in staat enig werk te verzetten
- 4 = Extreem, invaliderende klachten. Pt is niet in staat om naar het werk (of school) te gaan of om huishoudelijke taken uit te voeren

7. Beperkingen in sociale contacten vanwege de paniekstoornis

Vraag: In hoeverre hadden in de afgelopen maand de klachten (paniek en beperkte angstaanvallen, zorgen over aanvallen, angst over situaties of activiteiten vanwege paniek) invloed op uw sociale contacten?

Suggesties voor aanvullende vragen: Heeft u minder tijd doorgebracht met familieleden dan gebruikelijk. Minder tijd met kennissen/vrienden. Heeft u uitnodigingen afgeslagen vanwege de paniekstoornis? Waren er beperkingen met betrekking tot de ontmoetingsplaats of de duur van een vriendschappelijke ontmoeting vanwege de paniek? Hadden de klachten een negatieve invloed op de band met familieleden of vrienden

0 = Geen negatieve invloed

1 = Geringe negatieve invloed, de kwaliteit van de sociale contacten is enigszins verminderd, maar nog steeds op een adequaat niveau

2 = Duidelijke negatieve invloed op de sociale contacten, maar nog wel te hanteren. De frequentie van sociale activiteit is afgenomen en er zijn aanwijsbare problemen in de omgang met anderen

3 = Ernstig, belangrijke negatieve invloed op de sociale contacten; Pt is nog wel in staat zichzelf te zetten tot sociale interacties, maar beleeft er in de meeste gevallen weinig plezier aan

4 = Extreem, invaliderende klachten, Pt. gaat zelden de deur uit en gaat zelden met anderen om. Vriendschappen zijn mogelijk beëindigd ten gevolge van de paniekstoornis

TOTAAL SCORE (som van de items 1 - 7)
