

9Q แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม

9Q: 9-QUESTION DEPRESSION ASSESSMENT

นายแพทย์ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา ... จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

บทนำ

“โรคซึมเศร้า” เป็นความผิดปกติทางอารมณ์ที่พบบ่อยทั่วโลก องค์การอนามัยโลก (WHO, 2023) รายงานว่ามีประชากรมากกว่า 280 ล้านคนทั่วโลกที่ได้รับผลกระทบจากโรคซึมเศร้า ความเจ็บป่วยดังกล่าวเป็นสาเหตุสำคัญของความพิการ การสูญเสียสมรรถภาพในการทำงาน และการฆ่าตัวตาย

ประเทศไทยได้พัฒนาระบบคัดกรอง และประเมินโรคซึมเศร้า ในระดับบริการสุขภาพปฐมภูมิ โดยเริ่มจากการใช้แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q) และหากพบผลคัดกรองเป็นบวก จะประเมินต่อยด้วยแบบประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม ((9-question depression assessment) ซึ่งเป็นเครื่องมือมาตรฐานที่ใช้ทั่วประเทศ

ผู้พัฒนา

แบบประเมิน 9Q พัฒนามาจาก Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) ซึ่งสร้างขึ้นโดย Kroenke, Spitzer และ Williams (2001) เพื่อใช้ประเมินอาการซึมเศร้า

กรมสุขภาพจิตได้นำแบบประเมิน PHQ-9 มาปรับเป็นฉบับภาษาไทย และกำหนดให้ใช้เป็นเครื่องมือมาตรฐานในการประเมินความรุนแรงของโรคซึมเศร้าหลังจากการคัดกรองด้วย 2Q โดยคำถามทั้ง 9 ข้อ สะท้อนอาการสำคัญของโรคซึมเศร้าตามเกณฑ์การวินิจฉัยทางจิตเวช

ข้อบ่งชี้ในการใช้

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข กำหนดให้ใช้แบบประเมิน 9Q เป็นเครื่องมือมาตรฐานในการประเมินโรคซึมเศร้า ภายหลังการคัดกรองด้วยแบบคัดกรอง 2Q ในสถานบริการสุขภาพทุกระดับ ทั้งโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล โรงพยาบาลชุมชน โรงพยาบาลทั่วไป และโรงพยาบาลศูนย์

นอกจากนี้ยังถูกนำมาใช้ในการเฝ้าระวังสุขภาพจิตในกลุ่มเสี่ยง เช่น ผู้สูงอายุ ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง หญิงตั้งครรภ์ และผู้ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์วิกฤตต่าง ๆ เพื่อค้นหาผู้ป่วยและส่งต่อเข้าสู่กระบวนการรักษาอย่างรวดเร็ว

คุณสมบัติ

คุณสมบัติของแบบประเมิน 9Q อ้างอิงจากการศึกษาคุณสมบัติของ PHQ-9 หลายฉบับทั้งฉบับภาษาอังกฤษและภาษาไทย พบว่ามีคุณสมบัติทางจิตวิทยาที่ดี ดังนี้

Kroenke et al. (2001) รายงานว่า PHQ-9 ที่จุดตัดคะแนน ≥ 10 มีค่าความไว (Sensitivity) ร้อยละ 88 และความจำเพาะ (Specificity) ร้อยละ 88 คะแนน PHQ-9 ที่ 5, 10, 15 และ 20 แสดงถึงภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย ปานกลาง ปานกลางค่อนข้างรุนแรง และรุนแรง ตามลำดับ นอกจากนี้จะใช้ในการวินิจฉัยโรคซึมเศร้าตามเกณฑ์แล้ว PHQ-9 ยังเป็นเครื่องมือวัดความรุนแรงของภาวะซึมเศร้าที่น่าเชื่อถือและถูกต้อง

สำหรับประเทศไทย นพ.มานิช หล่อตระกูล และคณะ (Lotrakul et al., 2008) ศึกษาความตรงและความเชื่อมั่นของ PHQ-9 ฉบับภาษาไทย พบว่ามีค่าความสอดคล้องภายใน (Cronbach's alpha) เท่ากับ 0.79 และสามารถใช้คัดกรองโรคซึมเศร้าในประชากรไทยได้อย่างมีประสิทธิภาพ จุดตัดคะแนนที่เหมาะสมที่สุดของ PHQ-9 ≥ 9 พบว่ามีความไวร้อยละ 0.84 ความจำเพาะร้อยละ 0.77 ค่าพยากรณ์เชิงบวก (PPV) 0.21 ค่าพยากรณ์เชิงลบ (NPV) 0.99

นอกจากนี้ นพ.สฤกษ์ดีพงศ์ แซ่หลี และ พญ.ปิยะภัทร เดชพระธรรม (Lee & Dajpratham, 2017) ยังพบว่า PHQ-9 ฉบับภาษาไทย มีความสามารถในการจำแนกผู้ป่วยโรคซึมเศร้าได้ดีในกลุ่มผู้สูงอายุไทย โดยมีพื้นที่ใต้โค้ง ROC (AUC) เท่ากับ 0.89 ที่คะแนนจุดตัด 10 คะแนน มีความไวและความจำเพาะเท่ากับร้อยละ 90 และ 89 ตามลำดับ

ข้อจำกัด

แม้แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9Q จะเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพ แต่ยังมีข้อจำกัดบางประการ ได้แก่

- เป็นการประเมินตนเอง อาจได้รับอิทธิพลจากการรับรู้ของผู้ตอบ
- ไม่สามารถใช้วินิจฉัยโรคซึมเศร้าได้โดยลำพัง
- อาจเกิดผลบวกเทียมหรือผลลบเทียมในบางกลุ่มประชากร
- จำเป็นต้องได้รับการยืนยันผลด้วยการประเมินทางคลินิกโดยผู้เชี่ยวชาญ
- เหมาะสำหรับผู้ที่อายุตั้งแต่ 15 ปีบริบูรณ์ ประเมินตนเอง

วิธีการใช้

แบบประเมินนี้เป็นแบบประเมินตนเอง (self-report) ประกอบด้วยคำถาม 9 ข้อ เพื่อบอกระดับความรุนแรงของอาการซึมเศร้า ใช้การตอบคำถามแบบ 4 ตัวเลือก คือ “ไม่มีเลย” “เป็นบางวัน” “เป็นบ่อย” หรือ “เป็นทุกวัน”

การให้คะแนน

การให้คะแนน ตามระดับความถี่ของอาการที่เกิดขึ้น ประกอบด้วย

ไม่มีเลย 0 คะแนน

เป็นบางวัน 1 คะแนน

เป็นบ่อย 2 คะแนน

เป็นทุกวัน 3 คะแนน

คะแนนรวมมีค่าตั้งแต่ 0 – 27 คะแนน

การแปลผล

กรมสุขภาพจิตกำหนดเกณฑ์การแปลผล ดังนี้

คะแนนรวม	ระดับความรุนแรง
< 7 คะแนน	ไม่มีหรือมีอาการซึมเศร้าน้อย
7 – 12 คะแนน	ซึมเศร้าระดับน้อย
13 – 18 คะแนน	ซึมเศร้าระดับปานกลาง
≥ 19 คะแนน	ซึมเศร้าระดับรุนแรง

ในกรณีที่ผู้รับการประเมินมีคะแนนในข้อที่ 9 มากกว่า 0 ควรได้รับการประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายเพิ่มเติม ด้วยแบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q) และการสัมภาษณ์ทางคลินิก

ตัวอย่าง

แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q)

คำชี้แจง: ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมารวมทั้งวันนี้ คุณมีอาการเหล่านี้บ่อยแค่ไหน ?

โปรดกาเครื่องหมาย “√” ลงในช่องว่าง ☐ ที่ตรงกับความรู้สึกของคุณมากที่สุด

ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมารวมทั้งวันนี้ ท่านมีอาการเหล่านี้บ่อยแค่ไหน	(0) ไม่มีเลย	(1) เป็นบางวัน (1-7 วัน)	(2) เป็นบ่อย (มากกว่า 7 วัน)	(3) เป็นทุกวัน
1. เบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไร				
2. ไม่สบายใจ ซึมเศร้า ท้อแท้				
3. หลับยากหรือหลับๆ ตื่นๆ หรือหลับมากไป				
4. เหนื่อยง่ายหรือไม่ค่อยมีแรง				
5. เบื่ออาหารหรือกินมากเกินไป				
6. รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คิดว่าตัวเองล้มเหลว หรือครอบครัวยึดหวัง				
7. สมาธิไม่ได้เวลาทำอะไร เช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจ				
8. พุดซ้ำ ทำอะไรซ้ำๆ จนคนอื่นสังเกตเห็นได้ หรือ กระสับกระส่าย ไม่สามารถอยู่นิ่งได้เหมือนที่เคยเป็น				
9. คิดทำร้ายตนเอง หรือคิดว่าถ้าตายไปคงจะดี				
รวมคะแนน				

เอกสารอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. (2566). แนวทางการดูแลผู้ป่วยโรคซึมเศร้าสำหรับบุคลากรสาธารณสุข. กระทรวงสาธารณสุข.

Kroenke, K., Spitzer, R. L., & Williams, J. B. W. (2001). The PHQ-9: Validity of a brief depression severity measure. *Journal of General Internal Medicine*, 16(9): 606–613.

Lee, S., & Dajpratham, P. (2017). Criterion validity of the Thai version of the PHQ-9 and PHQ-2 for screening major depression in Thai elderly. *Journal of Thai Rehabilitation Medicine*, 27(1): 30–37.

Lotrakul, M., Sumrithe, S., & Saipanish, R. (2008). Reliability and validity of the Thai version of the PHQ-9. *BMC Psychiatry*, 8(46): 1–7.

World Health Organization. (2025). **Depression**. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>

บทความนี้อนุญาตให้ เผยแพร่เพื่อความรู้ได้ โดยกรุณาอ้างอิงแหล่งที่มา



ทวีศักดิ์ สิริรัตนเรขา. (2569). 9Q แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม. จาก <https://www.happyhomeclinic.com/screen42-9q.html>
(บทความต้นฉบับ: มิถุนายน 2569)