

Kognitiivisten oireiden arviointilomake kaksisuuntaisessa mielialahäiriössä (COBRA)

Täyttäjän nimi: _____

Pvm: _____

Ympyröi oikea vaihtoehto tai vastaus, joka kuvaa sinua parhaiten:

- 0. ei koskaan
- 1. toisinaan
- 2. usein
- 3. aina

1. Onko sinulla vaikeuksia muistaa ihmisten nimiä?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

2. Onko sinulla vaikeuksia löytää päivittäin käyttämiäsi tavaroita (avaimia, silmälasia, rannekelloa...)?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

3. Onko sinun vaikea muistaa tilanteita, jotka olivat sinulle tärkeitä?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

4. Onko sinun vaikea muistaa, milloin tärkeät tapahtumat tapahtuivat?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

5. Onko sinun vaikea keskittyä lukemaan kirjaa tai sanomalehteä?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

6. Onko sinun vaikea palauttaa mieleen, mitä luit aiemmin tai mitä sinulle on äskettäin kerrottu?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

7. Tuntuuko sinusta, että et saa valmiiksi sitä, minkä aloitat?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

8. Viekö sinulta normaalia kauemmin saada päivittäiset askareet valmiiksi?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

9. Onko sinusta koskaan kadulla kävellessäsi tuntunut siltä, ettet tiedä missä olet?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

10. Kun sinua muistutetaan keskustelusta tai kommentista, jonka olet kuullut, tuleeko sinulle tunne, että kuulet asiasta ensimmäisen kerran?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

11. Onko sinun joskus vaikea löytää oikeita sanoja ilmaisemaan ajatuksiasi?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

12. Herpaantuuko keskittymisesi helposti?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

13. Onko sinun vaikea laskea yksinkertaisia päässälaskuja?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

14. Tuntuuko sinusta, ettet pysty seuraamaan keskustelua?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

15. Oletko huomannut vaikeuksia uuden tiedon oppimisessa?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

16. Onko sinun vaikea keskittyä tiettyyn asiaan kauan?

0	1	2	3
Ei koskaan	Toisinaan	Usein	Aina

Pisteet yhteensä: _____

COBRA kokonaispistemäärä yli 14 on aihe tarkempaan selvittelyyn.

Viite: Jensen JH, Støttrup MM, Nayberg E ym. Optimising screening for cognitive dysfunction in bipolar disorder: Validation and evaluation of objective and subjective tools. Journal of Affective Disorders 2015;187:10–19