

# **BODY DYSMORPHIC DISORDER MODIFICATION OF THE Y-BOCS (BDD-YBOCS) ©**

(Adult version)

För varje item, ringa in den siffra som identifierar den respons som bäst karakteriserar patienten under **den senaste veckan**.

---

## 1. **TID SOM UPPTAS AV TANKAR OM UTSEENDEMÄSSIGA DEFEKTER**

Hur mycket av din tid upptas av TANKAR kring en defekt eller brist i ditt utseende?  
[Lista de kroppsdelar det gäller]

- |   |  |
|---|--|
| 0 | Ingen                                      |
| 1 | Lindrigt (mindre än 1 timme/dag)           |
| 2 | Måttligt (1 till 3 timmar/dag)             |
| 3 | Svårt (mer än 3 och upp till 8 timmar/dag) |
| 4 | Extremt (mer än 8 timmar/dag)              |

---

## 2. **HINDER TILL FÖLJD AV TANKAR OM UTSEENDEMÄSSIGA DEFEKTER**

Hur mycket störs du i ditt sociala eller yrkesmässiga fungerande av dina TANKAR kring din(a) utseende-mässiga defekt(er)?

(Är det något som du inte gör eller inte kan göra på grund av dessa tankar?)

*Exempelvis:*

*Y/N Spendera tid med vänner*

*Y/N Gå på date*

*Y/N Delta i sociala sammankomster och tillställningar*

*Y/N Göra saker med familjen i och utanför hemmet*

*Y/N Dagligen gå till skolan/arbetet*

*Y/N Komma i tid till eller frånvara från skolan/arbetet*

*Y/N Fokusera på skolan/arbetet*

*Y/N Produktivitet i skolan/arbetet*

*Y/N Göra läxor eller upprätthålla betygen*

*Y/N Dagliga aktiviteter*

- |   |   |
|---|---|
| 0 | Inget   |
| 1 | Lindrigt, smärre hinder i sociala sammanhang och/eller i yrkeslivet, men prestationen är inte nedsatt överlag |
| 2 | Måttligt. Tydliga hinder i sociala sammanhang och/eller i yrkeslivet, men fortfarande överkomligt             |
| 3 | Svårt, orsakar betydande hinder i sociala sammanhang och/eller i yrkeslivet                                   |
| 4 | Extremt, invalidiserande  |

---

## 3. **OBEHAG FÖRKNIPPAT MED TANKAR OM UTSEENDEMÄSSIGA DEFEKTER**

Hur mycket obehag vållas av dina TANKAR kring din(a) utseendemässiga defekt(er)?

*Skatta "obehagliga" känslor eller ångest som verkar triggas av dessa tankar, inte generell ångest eller ångest som är förknippad med andra symtom.*

- |   |                                 |
|---|---------------------------------|
| 0 | Inget                           |
| 1 | Lindrigt, inte alltför störande |
| 2 | Måttligt, störande              |
| 3 | Svårt, mycket störande          |
| 4 | Extremt, handikappande obehag   |

4. **MOTSTÅND MOT TANKAR OM  
UTSEENDEMÄSSIGA DEFEKTER**

Hur mycket anstränger du dig för att stå emot  
dessa TANKAR?

Hur ofta försöker du strunta i dem eller vända  
din uppmärksamhet från dessa tankar när de  
dyker upp i ditt medvetande?

*Skatta enbart försöket att motstå tankarna,  
INTE huruvida försöket att kontrollera  
tankarna lyckas eller misslyckas. Hur mycket en  
patient står emot sina tankar kan men behöver  
inte korrelera med förmågan att kontrollera  
dem.*

- 0 Anstränger sig alltid att stå emot  
tankarna, eller symtomen är så lindriga  
att det inte behövs något aktivt motstånd
- 1 Försöker stå emot för det mesta
- 2 Försöker ibland att stå emot tankarna
- 3 Ger upp inför alla sådana tankar utan att  
försöka kontrollera dem, men gör det  
med viss tvekan
- 4 Ger fullständigt och villigt upp inför alla  
sådana tankar

5. **GRAD AV KONTROLL ÖVER  
TANKAR OM UTSEENDEMÄSSIGA  
DEFEKTER**

Hur mycket kontroll har du över  
dina TANKAR kring din(a)  
utseendemässiga defekt(er)?

Hur väl lyckas du med att stoppa eller avleda  
dessa tankar?

- 0 Fullständig kontroll, eller inget behov av  
kontroll för att tankarna är så lindriga
- 1 Hög kontroll, vanligen kapabel att stoppa  
eller avleda dessa tankar med lite  
ansträngning och koncentration
- 2 Måttlig kontroll, ibland kapabel att  
stoppa eller avleda dessa tankar
- 3 Låg kontroll, lyckas sällan stoppa  
tankarna, kan bara avleda  
uppmärksamheten med svårighet
- 4 Ingen kontroll, upplevs som helt  
ofrivilligt, sällan kapabel att ens för en  
kort stund avleda uppmärksamheten

6. **TIDSÅTGÅNG FÖR HANDLINGAR  
SOM ÄR RELATERADE TILL  
UTSEENDE-MÄSSIGA DEFEKTER**

Följande frågor handlar om  
handlingar/beteenden som du gör i relation till  
dina utseendemässiga defekter.

Hur mycket tid ägnar du åt HANDLINGAR på  
grund av dina bekymmer för ditt utseende?

- 0 Ingen
- 1 Lindrigt (tillbringar mindre än 1  
timme/dag)
- 2 Måttligt (1 till 3 timmar/dag)
- 3 Svårt (tillbringar mer än 3 och upp till 8  
timmar/dag)
- 4 Extremt (tillbringar mer än 8 timmar/dag  
åt dessa handlingar)

***Gå igenom listan över handlingar med patienten (ställ sedan frågorna 6-10 för alla ex. som är relevanta)***

- \_\_\_\_\_ Titta i speglar / andra speglade ytor
- \_\_\_\_\_ Kroppsvårdande aktiviteter (göra sig fin)
- \_\_\_\_\_ Sminka sig
- \_\_\_\_\_ Träna överdrivet mycket (tidsåtgången överstiger 1 timme om dagen)
- \_\_\_\_\_ Välja/byta kläder eller andra döljande/korrigerande objekt (*skatta tid som ägnas åt att  
välja/byta kläder, inte tiden kläderna bärs*)
- \_\_\_\_\_ Granska andras utseende (jämförande)
- \_\_\_\_\_ Fråga andra om / diskutera ditt utseende med andra
- \_\_\_\_\_ Pilla och klämma på huden
- \_\_\_\_\_ Röra vid aktuellt område på kroppen
- \_\_\_\_\_ Annat \_\_\_\_\_

7. **HINDER TILL FÖLJD AV  
HANDLINGAR SOM ÄR  
RELATERADE TILL UTSEENDE-  
MÄSSIGA DEFEKTER**

Hur mycket inkräktar dessa HANDLINGAR på ditt sociala liv och din arbetsförmåga? (Finns det någonting du inte gör på grund av dem?)

- 0 Inget
- 1 Lindrigt, smärre hinder i sociala och/eller yrkesmässiga aktiviteter, men prestationen är inte nedsatt överlag
- 2 Måttligt, tydliga hinder i sociala och/eller yrkesmässiga aktiviteter, men fortfarande överkomligt
- 3 Svårt, orsakar avsevärd funktionsförsämring i sociala och/eller yrkesmässiga aktiviteter
- 4 Extremt, invalidiserande

---

8. **OBEHAG FÖRKNIPPAT MED  
HANDLINGAR SOM ÄR  
RELATERADE TILL  
UTSEENDEMÄSSIGA DEFEKTER**

Hur skulle du känna om du förhindrades att utföra dessa HANDLINGAR?  
Hur ångestfylld skulle du bli?

*Skatta graden av obehag/frustration som patienten skulle uppleva om utförandet av handlingen plötsligt skulle avbrytas.*

- 0 Inget
- 1 Lindrigt. Bara lite ångest/oro om handlingar hindrades
- 2 Måttligt, beskriver att ångest skulle öka men förbli hanterbar om handlingar hindrades
- 3 Svårt, starkt framträdande och mycket störande ökning av ångest om handlingar hindrades
- 4 Extremt, invalidiserande ångest till följd av alla typer av åtgärder som syftar till att förändra handlingar

---

9. **MOTSTÅND MOT KOMPULSIONER /  
HANDLINGAR**

Hur mycket anstränger du dig för att stå emot dessa HANDLINGAR?

*Skatta enbart graden av ansträngning att stå emot handlingarna, INTE huruvida patienten lyckas eller inte lyckas med detta. Hur mycket en patient står emot dessa beteenden kan men behöver inte korrelera med hans/hennes förmåga att kontrollera dem.*

- 0 Anstränger sig alltid att stå emot, eller symtomen är så minimala att det inte behövs något aktivt motstånd
- 1 Försöker stå emot för det mesta
- 2 Gör viss ansträngning för att stå emot
- 3 Ger upp inför nästan alla dessa beteenden utan att försöka att kontrollera dem, men gör det med viss motvilja
- 4 Ger fullständigt och villigt upp inför alla beteenden som är relaterade till utseendemässig(a) defekt(er)

## 10. GRAD AV KONTROLL ÖVER KOMPULSIONER / HANDLINGAR

Hur starkt är tvånget eller drivkraften att utföra dessa handlingar/beteenden? Hur mycket kontroll har du över dem?

- 0 Fullständig kontroll, eller inget behov av kontroll eftersom symtomen är så milda
- 1 Hög kontroll, upplever tvång att utföra handlingar, men vanligen kapabel att kunna stoppa handlingarna med viss ansträngning
- 2 Måttlig kontroll, starkt tvång att utföra handlingar, kan kontrollera det enbart med svårighet
- 3 Låg kontroll, mycket starkt tvång att utföra handlingar, måste utföras helt och hållet, kan bara med svårighet skjuta upp det
- 4 Ingen kontroll, tvånget att utföra handlingar upplevs som totalt ofrivilligt

---

## 11. INSIKT

Är det möjligt att din(a) defekt(er) är mindre synlig(a) eller mindre oattraktiv(a) än vad du själv tror?

Hur övertygad är du om att [Ange kroppsdel] är så oattraktiv/t som du själv tycker? [*Paus*]

Kan någon övertyga dig om att det inte ser så fullt ut?

- 0 Utmärkt insikt, helt rationell
- 1 God insikt. Kan med lätthet tillstå orimligheten i tankarna (men verkar inte helt övertygad om att det inte finns någonting mer förutom ångesten att bekymra sig för)
- 2 Ganska stor insikt. Medger motvilligt att tankarna verkar oskäligen, men vacklar.
- 3 Dålig insikt. Vidhåller att tankarna inte är oskäligen
- 4 Saknar insikt, vanföreställningsmässigt. Definitivt övertygad om att oron är befogad, oemottaglig för motbevis

---

## 12. UNDVIKANDE

Har du undvikit att göra saker, besöka platser, eller att vara med någon på grund av dina tankar eller sådana handlingar som kan relateras till din(a) utseendemässiga defekt(er)?

*Om JA, fråga då: Vad undviker du?*

*Skatta i vilken utsträckning patienten försöker undvika sådant som rör social interaktion eller arbetsrelaterade aktiviteter. Inkludera inte undvikande av speglar eller kompulsioner.*

- 0 Inget avsiktligt undvikande
- 1 Lindrigt, minimalt undvikande
- 2 Måttligt, visst undvikande föreligger helt klart
- 3 Svårt, mycket undvikande; framträdande undvikande
- 4 Extremt, mycket omfattande undvikande; patienten undviker nästan alla aktiviteter

**Klamrar** [ ] indikerar material som ska läsas, hänsyftar till relevanta kroppsdelar.  
**Parenteser** ( ) indikerar möjligt, alternativt material att läsa.  
*Kursiverad text* anger instruktioner och påminnelser till intervjuaren.

Phillips KA, Hollander E, Rasmussen SA, Aronowitz BR, DeCaria C, Goodman WK. A severity rating scale for body dysmorphic disorder: development, reliability, and validity of a modified version of the Yale-Brown Obsessive Compulsive Scale. *Psychopharmacol Bull* 1997;33:17-22.

Fritt översatt till svenska i forskningssyfte av Iman Alaie & Johan Bjureberg med tillstånd från Katharine A. Phillips.