

## YALE-BROWN OBSESSIVE COMPULSIVE SCALE MODIFIED FOR NEUROTIC EXCORIATION

För varje påstående, ringa in den siffra som bäst stämmer överens för patienten.

---

**"De följande frågorna gäller dina tankar relaterade till hudplockande."**

[Referera specifikt till patientens centrala impulser/tankar. Med "impulser" menas behov eller sug.]

### 1. TIDSÅTGÅNG FÖR IMPULSER/TANKAR OM HUDPLOCKANDE 0 1 2 3 4

Fråga: Hur mycket av din tid upptas av impulser/tankar avseende hudplockande och/eller relaterade aktiviteter?  
Hur ofta inträffar det?

0 = Ingen tid.

1 = Lite (mindre än 1 h/dag) eller någon enstaka impuls/tanke ( $\leq 8$  x/dag).

2 = Måttligt (1–3 h/dag) eller ofta förekommande impulser/tankar ( $\geq 8$  x/dag, men de flesta h/dag är fria från impulser/tankar).

3 = Allvarligt (3–8 h/dag) eller mycket ofta förekommande impulser/tankar ( $> 8$  x/dag och inträffar de flesta h/dag).

4 = Extremt ( $> 8$  h/dag) eller nästan konstanta impulser/tankar (för många att räkna och en timme passerar sällan utan att flera sådana tankar/impulser förekommer).

### 2. HINDRANDE INVERKAN AV IMPULSER/TANKAR OM HUDPLOCKANDE 0 1 2 3 4

Fråga: Hur mycket hindrar dina impulser/tankar din arbetsförmåga och dina sociala aktiviteter? Är det något du inte gör på grund av detta? [Om patienten för närvarande inte arbetar, avgör hur mycket prestationen skulle vara påverkad om han vore i arbete]

0 = Ingen.

1 = Lite, viss hindrande effekt i sociala sammanhang eller i yrkeslivet, men den sammantagna prestationen är inte nedsatt.

2 = Måttlig, definitivt hindrande i sociala sammanhang eller i yrkeslivet, men fortfarande hanterbar.

3 = Allvarlig, orsakar betydande hinder i sociala sammanhang eller yrkeslivet.

4 = Extrem, total oförmåga.

### 3. PLÅGA KOPPLAD TILL IMPULSER/TANKAR OM HUDPLOCKANDE 0 1 2 3 4

Fråga: Hur mycket plåga orsakar dina impulser/tankar om hudplockande dig? [Skatta "störande" känslor eller ångest som verkar utlösas av dessa tankar, inte generaliserad ångest eller ångest som hör samman med andra symtom]

0 = Ingen.

1 = Lite, sällan och inte alltför störande.

2 = Måttlig, ofta förekommande och störande, men fortfarande hanterbart.

3 = Allvarlig, mycket ofta förekommande och mycket störande.

4 = Extremt, nästintill konstant och invalidiserande plåga.

### 4. MOTSTÅND MOT IMPULSER/TANKAR OM HUDPLOCKANDE 0 1 2 3 4

Fråga: Hur mycket anstränger du dig för att motstå dessa impulser/tankar? Hur ofta försöker du att bortse från dem? [Skatta enbart ansträngning att motstå, inte huruvida personen lyckas kontrollera tankarna eller ej. Hur mycket man motstår impulserna/tankarna behöver inte korrelera med förmågan att behärska dem]

0 = Anstränger sig alltid att motstå, symtomen är så lindriga att de inte aktivt behöver motstås.

1 = Försöker motstå för det mesta.

2 = Försöker ibland att motstå.

3 = Ger efter för alla impulser/tankar utan försök att kontrollera dem, men gör det med viss motvilja.

4 = Ger fullständigt och villigt efter för alla impulser/tankar.

**YALE-BROWN OBSESSIVE COMPULSIVE SCALE  
MODIFIED FOR NEUROTIC EXCORIATION**

**5. FÖRMÅGA ATT KONTROLLERA IMPULSER/TANKAR OM HUDPLOCKANDE**

**0 1 2 3 4**

Fråga: Hur stor kontroll har du över dina impulser/tankar om hudplockande? Hur väl lyckas du stoppa eller avleda dessa impulser/tankar?

0 = Fullständig kontroll.

1 = God kontroll, lyckas vanligen stoppa/avleda impulser/tankar med lite ansträngning och övervägande.

2 = Måttlig kontroll, lyckas ibland stoppa/avleda dessa impulser/tankar.

3 = Liten kontroll, lyckas sällan stoppa dessa impulser/tankar, kan endast med svårighet avleda uppmärksamheten.

4 = Ingen kontroll, upplevs som fullständigt ofrivilligt, sällan förmögen att ens för en kort stund avleda impulserna/tankarna.

---

**"De följande frågorna gäller dina handlingar relaterade till hudplockande."**

[Referera specifikt till patientens centrala beteenden]

**6. TIDSÅTGÅNG FÖR HANDLINGAR RELATERADE TILL HUDPLOCKANDE**

**0 1 2 3 4**

Fråga: Hur mycket tid ägnar du dig åt handlingar relaterade till hudplockande? [Direkt relaterade till själva hudplockandet eller handlingar såsom att dölja med smink, vårda infektioner]

0 = Ingen tid.

1 = Lite (mindre än 1 h/dag för dessa handlingar) eller någon enstaka handling (≤8 tillfällen/dag).

2 = Måttlig (1–3 h/dag) eller >8 tillfällen/dag, men de flesta timmar är fria från sådana handlingar.

3 = Allvarligt (3–8 h/dag) eller ofta förekommande handlingar (>8 tillfällen/dag och handlingar utförs de flesta h/dag).

4 = Extremt (>8 h/dag) eller nästintill konstant utförande av handlingar (för många att räkna och en timme passerar sällan utan att flera sådana handlingar förekommer).

**7. HINDRANDE INVERKAN AV HANDLINGAR RELATERADE TILL HUDPLOCKANDE**

**0 1 2 3 4**

Fråga: Hur mycket hindrar ovanstående handlingar din arbetsförmåga och sociala aktiviteter? Är det något som du inte gör på grund av dem? [Om patienten för närvarande inte arbetar, avgör hur mycket prestationen skulle vara påverkad om han vore i arbete]

0 = Ingen.

1 = Liten, viss hindrande effekt i sociala sammanhang eller i yrkeslivet, men den sammantagna prestationen är inte nedsatt.

2 = Måttlig, definitivt hindrande i sociala sammanhang eller i yrkeslivet, men fortfarande överkomligt.

3 = Allvarlig, orsakar betydande hinder i sociala sammanhang eller yrkeslivet.

4 = Extrem, total oförmåga.

**8. PLÅGA KOPPLAD TILL BETEENDEN RELATERADE TILL HUDPLOCKANDE**

**0 1 2 3 4**

Fråga: Hur skulle du känna om du förhindrades att utföra dessa handlingar? (Paus) Hur orolig skulle du bli?

0 = Ingen.

1 = Mild, endast lindrig oro om beteendet förhindras.

2 = Måttlig, beskriver att oron skulle öka men förbli hanterbar om beteendet förhindras.

3 = Allvarlig, framträdande och mycket störande ökning av oron om beteendet avbryts.

4 = Extrem, invalidiserande ångest kommer av varje försök att förändra handlingen.

**YALE-BROWN OBSESSIVE COMPULSIVE SCALE  
MODIFIED FOR NEUROTIC EXCORIATION**

**9. MOTSTÅND MOT HUDPLOCKANDE**

**0 1 2 3 4**

Fråga: Hur mycket anstränger du dig att stå emot dessa handlingar? [Hur mycket man motstår beteendena behöver inte korrelera med förmågan att behärska dem]

0 = Anstränger sig alltid att motstå, symtomen är så lindriga att de inte aktivt behöver motstås.

1 = Försöker motstå för det mesta.

2 = Försöker ibland att motstå.

3 = Ger efter för alla beteenden utan försök att kontrollera dem, men gör det med viss motvilja.

4 = Ger fullständigt och villigt efter för alla beteenden relaterade till hudplockande.

**10. FÖRMÅGA ATT KONTROLLERA HUDPLOCKANDE**

**0 1 2 3 4**

Fråga: Hur starkt är behovet att plocka? Hur mycket kontroll har du över beteenden relaterade till hudplockning?

0 = Fullständig kontroll.

1 = God kontroll, känner sig pressad att plocka, men kan vanligen viljemässigt behärska det.

2 = Måttlig kontroll, starkt inre behov av att plocka, måste utföras fullständigt och kan endast med svårighet skjutas upp.

3 = Lite kontroll, mycket starkt inre behov av att plocka, måste utföras fullständigt och kan endast med svårighet skjutas upp.

4 = Ingen kontroll, behovet av att plocka upplevs som fullständigt ofrivilligt och övermäktigt, sällan förmögen att ens för en kort stund skjuta upp hudplockandet.

Poäng delskala "Impulser/tankar" \_\_\_\_\_

Poäng delskala "Handlingar" \_\_\_\_\_

Totalpoäng \_\_\_\_\_

Svensk översättning av Kristina Aspvall och Per André (2015), BUP FUNK OCD & relaterade tillstånd, Stockholm. Med tillstånd av författaren Jon Grant.