

포괄적인 우울증 평가도구 활용방안

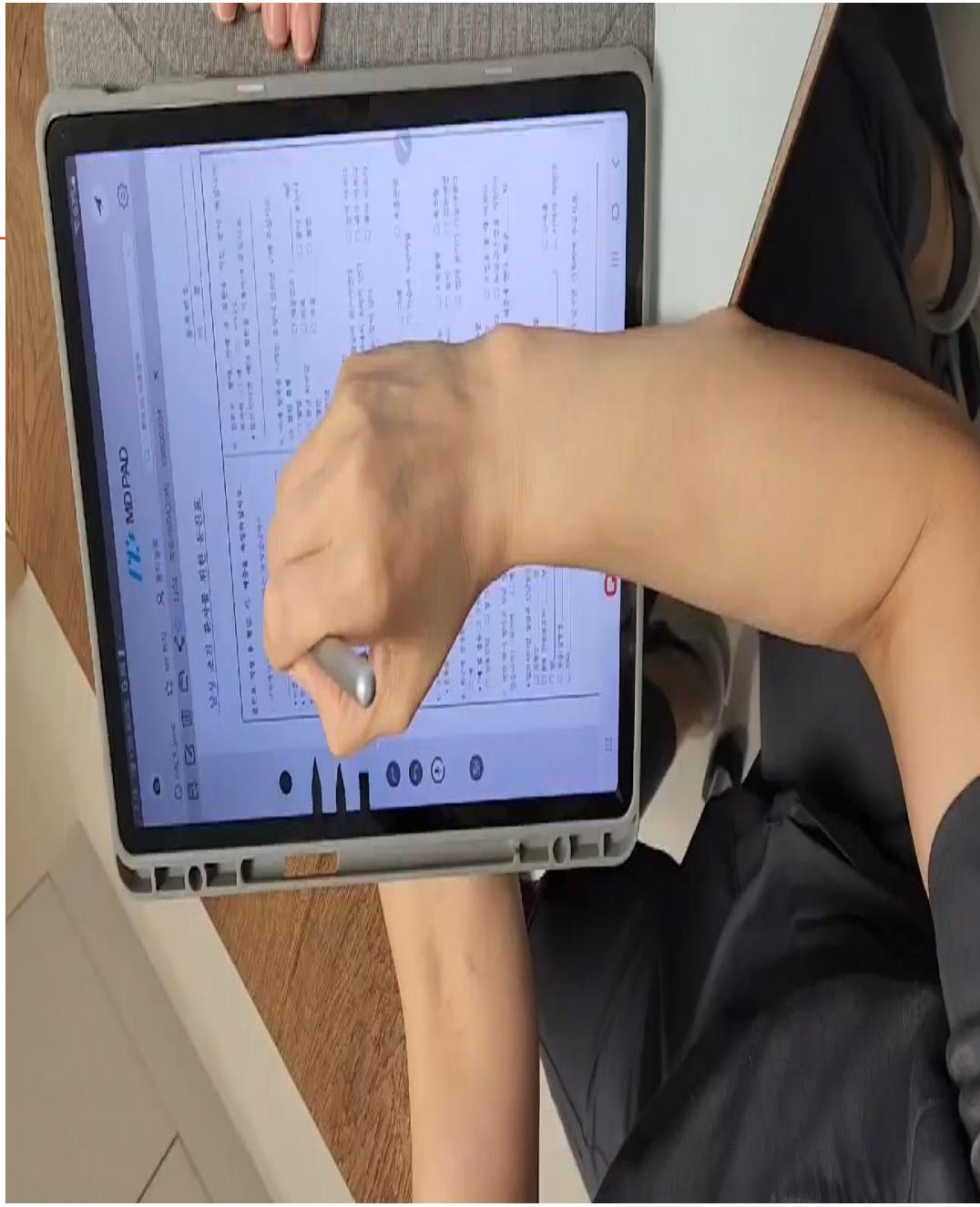
김 영 식

서울아산병원 가정의학과 명예교수
서울아산김영식의원 원장

2025년 임상우울증학회 춘계연수강좌 2024. 3. 30.



서울아산
김영식 의원



15. ⑥나는 평소처럼 일을 할 수 있다.
 ①어떤 일을 하려면 평소보다 더 힘이 든다.
 ②무슨 일이든 하려면 무척 힘이 든다.
 ③나는 전혀 아무 일도 할 수가 없다.

16. ⑥나는 평소처럼 잠을 잘 수 있다.
 ①나는 평소처럼 잠을 자지 못한다.
 ②나는 평소처럼 새벽에 일찍 깨고 다시 잠들기 어렵다.
 ③나는 평소보다 몇시간이나 일찍 깨고 다시 잠들 수가 없다.

17. ⑥나는 평소보다 더 피곤하지는 않다.
 ①나는 평소보다 더 쉽게 피곤해진다.
 ②나는 무엇을 해도 언제나 피곤해진다.
 ③나는 너무나 피곤해서 아무일도 할 수가 없다.

18. ⑥내 식욕은 평소와 다름없다.
 ①나는 요즈음 평소보다 식욕이 없다.
 ②나는 요즈음 식욕이 많이 떨어졌다.
 ③요즈음에는 전혀 식욕이 없다.

19. ⑥요즈음 체중이 별로 줄지 않았다.
 ①나는 전보다 몸무게가 2킬로그램 가량 줄었다.
 ②나는 전보다 몸무게가 5킬로그램 가량 줄었다.
 ③나는 전보다 몸무게가 7킬로그램 가량 줄었다.

20. ⑥나는 건강에 대해 전보다 더 염려하고 있지는 않다.
 ①나는 여러가지 통증, 소화불량 또는 변비 등으로 건강이 염려된다.
 ②나는 건강이 매우 염려되면서 다른 일은 거의 생각할 수가 없다.
 ③나는 건강이 너무 염려되어서 다른 일은 아무것도 생각할 수가 없다.

21. ⑥나는 요즈음 성에 대한 관심에 별다른 변화가 있는 것 같지는 않다.
 ①나는 평소보다 성에 대한 관심이 줄었다.
 ②나는 요즈음 성에 대한 관심이 상당히 줄었다.
 ③나는 성에 대한 관심을 잃었다.

총 점 15

10~15점	16~23점	24점 이상
경증 우울증	중등도 우울증	심한 우울증

• 지난 2주 동안에 다음 증상으로 얼마나 자주 괴로웠는지 1개만 선택하여 주십시오.

항 목	1일 이하	2-6일	7-9일	10-14일
① 하는 일에 흥미나 즐거움이 거의 없다.	0	1	2	3
② 마음이 가라앉고, 우울하고, 희망이 없다.	0	1	2	3
③ 잠들기 힘들거나, 잠을 계속자기 힘들거나, 또는 지나치게 잠을 많이 잔다.	0	1	2	3
④ 피곤하고 기운이 없다.	0	1	2	3
⑤ 식욕이 없거나, 또는 지나치게 많이 먹는다.	0	1	2	3
⑥ 스스로를 가치없게 여긴다. 즉 자신을 실패자로 여기거나, 스스로 실망하거나, 혹은 가족을 실망시킨다.	0	1	2	3
⑦ 주의집중이 어렵다. 예를 들어 신문을 보거나 텔레비전을 시청하기 힘들다.	0	1	2	3
⑧ 다른 사람이 알아차릴 정도로 움직임이 둔하거나 말을 천천히 한다. 혹은 그 반대로 안절부절 못하거나 들뜨서 평소보다 훨씬 많이 돌아다닌다.	0	1	2	3
⑨ 죽어버리는 것이 낫다고 생각하거나 어떤 식으로 자신을 해칠 생각을 한다.	0	1	2	3

총 점 5

1-4점	5-9점	10-19점	20-27점
우울증 아님	우울증 의심	우울증	심한 우울증

수면의 질평가 척도(PSQI)

- 1) 지난 한달 동안, 몇 시에 잠자리에 들었습니까? 오전/오후 12시 분
 2) 지난 한달 동안, 밤마다 잠드는 데 얼마나 오래 걸렸습니까? 1 시간 분
 3) 지난 한달 동안, 아침에 몇 시에 일어났습니까? 오전/오후 5시 30 분
 4) 지난 한달 동안, 실제로 잠잔 시간은 하루에 평균 얼마나 됩니까? 6시간 분

5) 지난 한달 동안 어떤 이유로 잠자는 데 얼마나 자주 문제가 있었습니까?	한번도 없었다	한 주에 한번 보다 적게	한 주에 한 두번 정도	한 주에 세 번 이상
5-1) 30분 이내로 잠들 수 없다	0	1	2	3
5-2) 한밤중이나 새벽에 깬다	0	1	2	3
5-3) 화장실에 가려고 일어나다	0	1	2	3
5-4) 편안하게 숨 쉴 수 없다	0	1	2	3
5-5) 기침을 하거나 시끄럽게 코를 곤다	0	1	2	3
5-6) 너무 춥다	0	1	2	3
5-7) 너무 덥다	0	1	2	3
5-8) 나쁜 꿈을 본다	0	1	2	3
5-9) 통증이 있다	0	1	2	3
5-10) 그 외에 다른 이유가 있다면, 적어주세요 이러한 이유로 인해 얼마나 자주 잠드는 데 어려움이 있었습니까? 이러한 이유로 인해 얼마나 자주 잠드는 데 어려움이 있었습니까?	0	1	2	3
6) 지난 한달 동안, 잠들기 위해 얼마나 자주 약을 먹었습니까?	0	1	2	3
7) 지난 한달 동안, 운전하거나, 식사 때 또는 사회활동을 하는 동안 얼마나 자주 졸음을 느꼈습니까?	0	1	2	3
8) 지난 한달 동안, 하는 일에 열중하는데 얼마나 많은 어려움이 있었습니까?	0	1	2	3

(불만족 수면: 6점 이상)

- 9) 지난 한달 동안, 당신의 전반적인 수면의 질은 어느 정도라고 평가하십니까?
 □ 매우 좋다 □ 상당히 좋다 □ 상당히 나쁘다 □ 매우 나쁘다

22

바이탈 사인(*F7)

측정일	BT	BW	BH	BMI	BP1	BP2	PR	RR	허리둘레		
2023-07-13	36.5	50.6	144.5	24.23	129	53	70				

접수일:2023-07-13, 진료시간:09:47:44 <진료기록(F4,F5)>

☐ 임신부 ☐ 난임치료 ☐ 만성질환관리제

자세히

코드	명칭	좌	우	수술	진료과	특정코드	상해 외인	배
m1991	상세불명의 관절 증, 어깨부분	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	05			
f329-2	우울증 NOS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	03			
f411	범불안장애	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	03			
k30	기능성 소화불량	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	01			
l299-1	상세불명의 가려움	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	14			
g470-2	수면 개시 및 유지 장애[불면증]	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	02			

*코드	명칭	용량	일투수	일수	용법	원외	예오	검사	가산	특정(단가)
S-PHQ9	증상 및 행동 평가 척도 - Level I	1	1	1		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		4,510
S-BDI	증상 및 행동 평가 척도 - Level II	1	1	1		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		10,520
S-BAI	증상 및 행동 평가 척도 - Level II	1	1	1		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		10,520

Contents

1. 우울증 선별검사/평가도구
2. 기능검사로 (신경계 기능검사)
3. 우울증의 측정기반 진료
4. Case Study

1. 우울증 선별검사/평가도구



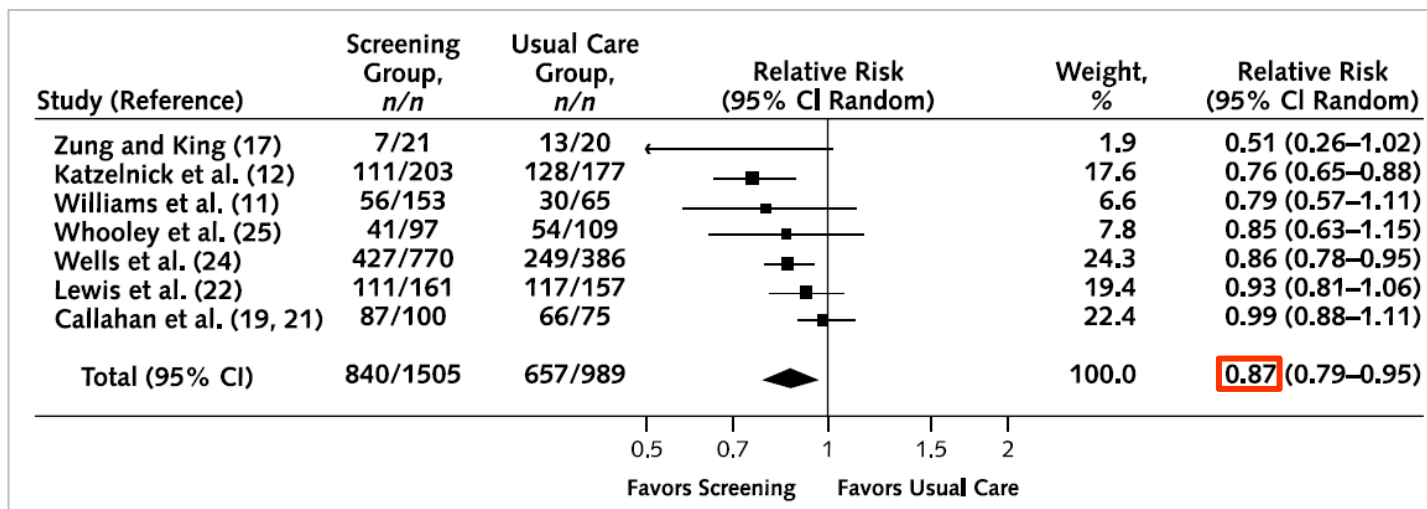
서울아산
김영식 의원

우울증 선별검사/평가척도 : 장점

- 진단을 하는데 시간적/비용적으로 효율적이다.
- 환자에게 **disease insight** 준다.
- 위음성은 적으나 **위양성은 많다**: sensitive
- 쉽게 제반 증상과 **변화상태**를 파악할 수 있다.
- **자살**에 대한 의지도 동시에 확인할 수 있다.
- 보험수가 청구

우울증 선별검사/평가척도 : 효과

- 우울증에 대한 발견이 2-3배 증가
- 실제 우울증 진단율이 10%-47% 상승
- 지속적인 우울증의 치료율도 13% 향상시킴



우울증 외래 적정성 평가 지표

지표 운용	지표 유형	지표 명
평가지표	과정 (4)	[지표1] 첫 방문 후 3주 이내 재방문을
		[지표2] 첫 방문 후 8주 이내 3회 이상 방문을
		[지표3] 우울증상 초기평가 시행률
		[지표4] 우울증상 재평가 시행률
모니터링 지표	과정 (2)	[지표5] 항우울제 84일 이상 처방 지속률
		[지표6] 항우울제 180일 이상 처방 지속률

2. 기능검사로 (신경계 기능검사)



서울아산
김영식 의원

기능 검사료 [신경계 기능검사] 2020.07.10

분류번호	코드	분 류	점수
너-701		증상 및 행동 평가 척도 Symptomatic and Behavioral Evaluation Scale 1. 환자의 심리적 원인에 의한 증상 및 행동을 객관적으로 평가하기 위하여 정형화된 도구(검사지) 를 이용하여 실시한 경우에 산정한다. 2. 산정코드 첫 번째 자리와 두 번째 자리에 '별표 2'의 유형별 세부검사 코드를 표기하여 산정한다.	
	FY751	가. Level I	48.97
	FY752	나. Level II	114.26
	FY753	다. Level III	163.23
	FY754	라. Level IV	244.84
	FY755	마. Level V	326.45
	FY756	바. Level VI	457.03

증상 및 행동 평가 척도

가. Level I : FY751

검사 항목	세부검사코드
PHQ-9 우울척도 (Patient Health Questionnaire-9)	01
알코올 금단 척도 CIWA-AR (Clinical Institute Withdrawal Assessment for Alcohol-Revised)	02
알코올 사용 장애 선별 검사 AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test)	03
에딘버그 산후우울 척도 EPDS (Edinburgh Postnatal Depression Scale)	04
지각된 스트레스 척도 PSS (Perceived Stress Scale)	05
파킨슨병 수면 증상 평가 SCOPA-Sleep (Scales for Outcomes in Parkinson's Disease-Sleep)	06
파킨슨병 환자의 삶의 질 평가 설문지-39 PDQ-39 (The 39-Item Parkinson's Disease Questionnaire)	07
국제하지불안척도 IRLS (International Restless Legs Scale)	08

증상 및 행동 평가 척도

나. Level II: FY752

검사 항목	세부검사코드
상태-특성 불안검사 STAI (State-Trait Anxiety Inventory)	01
사회적 회피 및 불안척도 SADS (Social Avoidance and Distress Scale)	04
백 우울 평가 BDI (Beck Depression Inventory)	06
노인 우울 척도 GDS (Geriatric Depression Scale)	07
백 불안 척도 BAI (Beck Anxiety Inventory)	08
미시간 주정 의존 선별검사 MAST (Michigan Alcoholism Screening Test)	09
간이 우울 증상 평가 척도 QIDS (Quick Inventory of Depressive Symptomatology)	11
경조증 증상 척도 HCL-32 (Hypomania Symptom Checklist-32)	13
광장공포 인지 질문지 ACQ (Agoraphobic Cognition Questionnaire)	14
기분 장애 질문지 MDQ (Mood Disorder Questionnaire)	15
백 무망감 척도 BHS (Beck Hopelessness Scale)	18
병원 불안-우울 척도 HADS (Hospital Anxiety and Depression Scale)	20
사회적 의사소통 설문지 SCQ (Social Communication Questionnaire)	22
신체 증상 설문 PHQ-15 (Patient Health Questionnaire-15)	26
아동 우울 척도 CDI (Children's Depression Inventory)	27
외상 후 스트레스 장애 질문지 PCL-5 (PTSD Checklist for DSM-5)	30
인터넷 게임중독 선별 도구 IGUESS (Internet Gaming Use-Elicited Symptom Screen)	31
지역사회 역학조사용 우울척도 CES-D (Center for Epidemiological Studies-Depression Scale)	32
피츠버그 수면의 질 척도 PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index)	35

증상 및 행동 평가 척도

다. Level III: FY753

검사 항목	세부검사코드
레보비츠 사회 불안 척도 LSAS (Liebowitz Social Anxiety Scale)	01
공황장애 평가 척도 PDSS (Panic Disorder Severity Scale)	02
해밀톤 불안 검사 HAM-A (Hamilton Anxiety Rating Scale)	03
해밀톤 우울 검사 HAM-D (Hamilton Depression Rating Scale)	04
아동기 자폐증 평정 척도 CARS (Childhood Autism Rating Scale)	06
가족기능평가 FFT (Family Function Test)	11
간이정신진단검사 SCL-90R (Symptom Check List-90 Revision)	12
Young 조증 평가 척도 YMRS (Young Mania Rating Scale)	14
양극성 우울 평정 척도 BDRS (Bipolar Depression Rating Scale)	19
우울증 증상 평가 척도 IDS (Inventory of Depressive Symptomatology)	22
코넬치매우울척도 CSDD (Cornell Scale for Depression in Dementia)	24
성인 행동평가척도 ASR·ABCL (Adult Self-Report·Adult Behavior Checklist)	26
노인 행동평가척도 OASR·OABCL (Older Adult Self-Report· Older Adult Behavior Checklist)	27

3. 우울증의 측정기반 진료 (Measurement –based Care)



서울아산
김영식 의원

우울증의 측정기반 진료

Measurement –based Care

- MBC: 검증된 평가도구를 체계적으로 사용하여, 치료경과를 모니터링하고, 임상적 의사결정에 활용하는 것
- 증상 완화 및 복약순응도와 같은 결과지표를 개선시킬 수 있다.
 - 반응(response)은 기준점수에서 50% 이상 감소하는 것
 - 완화(remission)는 우울증이 없는 범위의 점수 + 3주 연속 우울증상이 없는 상태
 - 중간단계는 부분적 반응, 부분적 완화
 - 회복(recovery)은 4개월 동안 완화가 지속된 상태.
- 평가도구 사용이 진료의사의 판단을 대체하는 것이 되어서는 안되며, 의사결정에 보완이 되어야 한다.

우울증 평가도구 활용방안

- 평가도구를 활용하면 우울증을 선별하고 진단하는데, 시간과 비용(수가) 효율적이며, 환자에게 病識을 주어 치료 순응을 높인다.
- **우울증의 측정기반 진료(MBC)**는 검증된 평가도구를 체계적으로 사용하여, 치료 경과를 모니터링하고, 임상적 의사 결정에 활용하는 것
- 우울증에서 MBC 적용하면, 증상 완화 및 복약 순응도를 개선시킬 수 있다.
- **자살**에 대한 의지나 조증도 동시에 확인할 수 있다.