

COBRA

(Cognitive complaints in bipolar disorder rating assessment)

1. Har du svårt att komma ihåg namn på personer du känner?

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

2. Har du svårt att hitta saker som du använder i vardagen (nycklar, glasögon, klocka, etc)?

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

3. Upplever du att du har svårt att minnas viktiga händelser, eller delar av viktiga ögonblick?

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

4. Tycker du att det kan vara svårt att placera viktiga händelser i tiden, när det var de inträffade?

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

5. Upplever du koncentrationssvårigheter när du läser en bok eller en tidning?

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

6. Kan du ha svårt att komma ihåg vad du nyligen har läst eller det någon har berättat för dig?

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

7. Känns det som om du lämnar uppgifter du påbörjat oavslutade?

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

8. Tar det dig längre tid än tidigare att bli klar med vardagliga göromål? (Matlagning, bäddning, städning, tvätt, etc.)

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

9. Har du någon gång upplevt att du plötsligt inte riktigt vet var du är.

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

10. När andra påminner dig om samtal eller något du tidigare hört talats om, kan du då få känslan av att det är första gången du hör det?

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

11. Har du svårt ibland att hitta (rätt) ord för att uttrycka dina idéer och tankar?

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

12. Är du lätt distraherad?

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

13. Upplever du att det är svårt att göra enkla beräkningar utan hjälpmedel? Huvudräkning.

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

14. Har du upptäckt att du har svårt att hänga med i en konversation (ett samtal)?

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

15. Har du noterat att du tycker att det är svårt att ta in/lära in ny information?

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

16. Måste du anstränga dig för att bibehålla fokus på en uppgift, om den tar lång tid?

0	1	2	3
Aldrig	Ibland	Ofta	Ständigt

SUMMA:

Ref: *Validity and reliability of a rating scale on subjective cognitive deficits in bipolar disorder (COBRA)*. Rosa AR, et al. *J Affect Disorder*. 2013

Transl. Peter Hagland, MD