

逆境的小児期体験 質問票改訂版

カリフォルニア外科医臨床諮問委員会



人間関係や経験(幼少期のものであっても)は、健康や幸福感に影響を及ぼす可能性があります。幼少期の辛い体験は珍しいことではありません。現在、あるいは今後の健康状態に影響を与える可能性がありますので、以下に挙げるような経験があるかどうかお答えください。この情報を基に、あなたの担当医を力を合わせ、あなたの健康と幸福感をサポートする方法を見つけることができます。

手順: 以下に、逆境的小児期体験 (Adverse Childhood Experiences, ACE) の項目を 10 個リストアップします。以下のリストから、あなたが 18 歳までに体験した ACE のカテゴリ数を合計して、末尾に合計数を入れてください。(該当するカテゴリを記入する必要はありません。合計数だけを記入してください。)

十分な食事が与えられない、衣服が汚れている、あるいは守ってくれる人や世話してくれる人がいないと感じた。

離婚、育児放棄、死亡などの理由で、親をなくした。

うつ病、精神疾患、自殺者未遂をした人と生活していたことがある。

アルコール中毒や薬物中毒(処方薬を含む)を患っている人と生活していたことがある。

家にいる親や大人が、お互いに突き飛ばしたり、殴ったり、叩いたり、あるいは危害を加えたり、脅したりしたことがある。

収監された、あるいは実刑判決を受けた人と生活したことがある。

家にいる親や大人が、あなたを罵ったり、侮辱したり、けなしたことがある。

家にいる親や大人が、あなたを叩く、殴る、蹴るなどの肉体的な暴力を加えたことがある。

家族のだれからも愛されている、あるいは特別な存在だと思われたことがないと感じる。

自分が望まない性的接触(愛撫、あるいは口内/肛門/膣内の性交/挿入など)を強制されたことがある。

あなたの ACE スコアは「はい」という回答の合計数です。

こうした経験があなたの健康に影響を及ぼしていると思いますか？

そう思わない そう思う 非常にそう思う

幼少期の経験は、その人の人生の一部です。
人生の傷を癒すには多くの方法があります。

個人情報保護または機密情報に関して不明な点がある場合は、お知らせください。