Ay.: Yıl.:

		Günler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
MANİ	+5	**Ağır** (Aşırı hastalık durumu)																															
	+4	**Belirgin** (İşlevsellikte belirgin bozulma, çalışamama)																															
	+3	**Orta** (Oldukça belirgin odaklanma zorlukları)																															
	+2	**Hafif** (Bazı işlere odaklanma zorluğu)																															
	+1	**Çok hafif** (Enerji artışı, daha mutlu, üretken, günlük hayat etkilenmemiş)																															
	N	**NORMAL**																															
DEPRESYON	-1	**Çok hafif** (Günlük işlen etkilenmez)																															
	-2	**Hafif** (Bazı işlerde hafif zorlanma)																															
	-3	**Orta** (İş yapma güçlüğü)																															
	-4	**Belirgin** (Basit günlük işlerde aşırı zorlanma)																															
	-5	**Ağır** (Hiçbir iş yapamama)																															
		Anksiyete (Kaygı, sıkıntı)																															
		(0-3) 0 = yok, 1 = hafif, 2 = orta, 3 = ağır																															
		İritabilite (Çabuk sinirlenme, öfkelenme)																															
		(0-3) 0 = yok, 1 = hafif, 2 = orta, 3 = ağır																															
		Psikotik Belirti (Saçma düşünceler, ses duyma, hayal görme)																															
		(0-3) 0 = yok, 1 = hafif, 2 = orta, 3 = ağır																															
		Günlük Uyku Saati																															
		Bu Ayki Kilo																															
		Menstürasyon - Adet Görme (Günleri işaretleyin)																															
		İlaçlar (Günlük Toplam mg)																															
	1																																
	2																																
	3																																
	4																																
	5																																