

産後健診 2週間 ・ 1ヶ月

エジンバラ産後うつ病質問票 (EPDS)

※受診前に必ず記入しておいてください

注) 自治体の産婦健康診査券(補助券)と同じ質問票をお持ちの方は、この用紙ではなく、診査券の方へチェックをお願いします。

(母 氏名 _____ (ID _____)
 (ご記入日) 年 月 日 (ご出産日) 年 月 日

産後の気分についてお尋ねします。最近のあなたの気分をチェックしてください。

今日だけではなく、過去7日間にあなたが感じたことに最も近い考えに○をつけてください。必ず10項目全部に答えてください。

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------|
| 1. 笑うことができたし、物事のおもしろい面もわかった。 | 6. することがたくさんあって大変だった。 |
| () いつもと同様にできた。 | () はい、たいてい対処できなかった。 |
| () あまりできなかった。 | () はい、いつものようにはうまく対処できなかった。 |
| () 明らかにできなかった。 | () いいえ、たいていうまく対処した。 |
| () 全くできなかった。 | () いいえ、普段通りに対処した。 |
| 2. 物事を楽しみにして待った。 | 7. 不幸せな気分なので、眠りにくかった。 |
| () いつもと同様にできた。 | () はい、ほとんどいつもそうだった。 |
| () あまりできなかった。 | () はい、時々そうだった。 |
| () 明らかにできなかった。 | () いいえ、あまり度々ではなかった。 |
| () ほとんどできなかった。 | () いいえ、全くなかった。 |
| 3. 物事がうまくいかない時、自分を不必要に責めた。 | 8. 悲しくなったり、惨めになったりした。 |
| () はい、たいていそうだった。 | () はい、たいていそうだった。 |
| () はい、時々そうだった。 | () はい、かなりしばしばそうだった。 |
| () いいえ、あまり度々ではなかった。 | () いいえ、あまり度々ではなかった。 |
| () いいえ、全くなかった。 | () いいえ、全くそうではなかった。 |
| 4. はっきりした理由もないのに不安になったり、心配したりした。 | 9. 不幸せな気分だったので、泣いていた。 |
| () いいえ、そうではなかった。 | () はい、たいていそうだった。 |
| () ほとんどそうではなかった。 | () はい、かなりしばしばそうだった。 |
| () はい、時々あった。 | () ほんの時々あった。 |
| () はい、しょっちゅうあった。 | () いいえ、全くそうではなかった。 |
| 5. はっきりした理由もないのに恐怖に襲われた。 | 10. 自分自身を傷つけるという考えが浮かんできた。 |
| () はい、しょっちゅうあった。 | () はい、かなりしばしばそうだった。 |
| () はい、時々あった。 | () 時々そうだった。 |
| () いいえ、めったになかった。 | () めったになかった。 |
| () いいえ、全くなかった。 | () 全くなかった。 |