

質問票セット II. エジンバラ産後うつ病質問票 (EPDS)

ID _____

産後の気分についておたずねします。

あなたも赤ちゃんもお元気ですか。

最近のあなたの気分をチェックしてみましょう。今日だけでなく、過去7日間にあなたが感じたことに最も近い答えに○をつけて下さい。必ず10項目全部に答えて下さい。

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

ご記入日

平成 年 月 日 (生後 日)

ご出産日

平成 年 月 日

お名前

ご連絡先

〒

お電話番号