

質問票 2 : エジンバラ産後うつ病質問票 (EPDS)

母氏名 _____ 実施日：令和 年 月 日 (産後 日目)

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。今日だけではなく、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。
 () 全くできなかった。
- 3) 物事が悪くいった時、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、あまり時々ではなかった。
 () 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、あまり時々ではなかった。
 () 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であった。
 () いいえ、あまり時々ではなかった。
 () いいえ、全くそうではなかった。
- 9) 不幸せなので、泣けてきた。
 () 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。