

エジンバラ産後うつ病質問票（EPDS）

お母さんのこころの状態をできるだけ理解するために、産婦健康診査の際にお答えいただいています。

お母様のお名前		受診機関	
生年月日	____年 月 日	出産日	____年 月 日
		記入日	____年 月 日(産後 日目)

エジンバラ産後うつ病質問票（EPDS）

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みましょう。過去7日間にあなたが感じたことに最も近い答えに○をつけてください。

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