



Установа:

АДРЕСА

**ЕДИНБУРЗЬКА ШКАЛА
ПІСЛЯПОЛОГОВОЇ ДЕПРЕСІЇ**

Розташування

ЗАПОВНІТЬ ВСІ ДАНІ АБО ПРИКРІПІТЬ ТУТ ЕТИКЕТКУ ПАЦІЄНТА

Оскільки ви нещодавно народили дитину, ми хотіли б дізнатися, як ви себе почувате. Будь ласка, позначте галочкою відповіді, які найближче відповідають тому, як ви почувалися ПРОТЯГОМ ОСТАННІХ 7 ДНІВ, а не тільки тому, як ви почуваетесь сьогодні. Ось приклад вже заповненої анкети:

Я відчувала себе щасливою.

- Так, постійно
 Так, більшу частину часу
 Ні, не дуже часто
 Ні, зовсім ні

Це означає: «Я відчувала себе щасливою більшу частину часу» протягом останнього тижня. Дайте відповіді на інші запитання таким же чином.

1. Я змогла сміятися і бачити смішну сторону речей:

- Так, як я завжди могла
 Не зовсім
 Точно не так
 Зовсім не так

2. Я з нетерпінням чекала на події:

- Стільки, скільки я коли-небудь робила
 Скоріше менше, ніж раніше
 Однозначно менше, ніж раніше
 Майже зовсім не отримувала задоволення

3. Я безпідставно звинувачував себе, коли щось йшло не так:

- Так, у більшості випадків
 Так, іноді
 Не дуже часто
 Ні, ніколи

4. Я відчувала тривогу або занепокоєння без вагомої причини:

- Ні, зовсім ні
 Майже ніколи
 Так, іноді
 Так, дуже часто

5. Я відчував страх або паніку без вагомої причини:

- Так, досить часто
 Так, іноді
 Ні, не часто

Ні, зовсім не спадало

6. Мене все переповнювало:

- Так, здебільшого я зовсім не могла впоратися
 Так, іноді я справлялась не так добре, як зазвичай
 Ні, здебільшого я справлялась досить добре
 Ні, я справлялась так само добре, як і завжди

7. Я була настільки нещасною, що мені було важко зі сном:

- Так, у більшості випадків
 Так, іноді
 Не дуже часто
 Ні, зовсім ні

8. Я відчувала себе сумною або нещасною:

- Так, у більшості випадків
 Так, іноді
 Не дуже часто
 Ні, ніколи

9. Я була настільки нещасною, що плакала:

- Так, майже завжди
 Так, досить часто
 Лише зрідка
 Ні, ніколи

10. Мені спадало на думку заподіяти собі шкоду:

- Так, досить часто
 Іноді
 Майже ніколи

Ніколи

Заповнено _____ Дата _____ Загальний бал: ____ / 30 Загальний бал за запитання 10: ____ / 3
 (ініціали)

