

産婦健康診査（出産後1か月健診） **エジンバラ産後うつ病質問票(EPDS)のみ**

* 出産後1か月の健診受診時に必要ですので病院にご持参ください。

氏名（ふりがな）	生年月日	住所	電話番号	子の名前（ふりがな）	生年月日
	年 月 日	川口市			年 月 日

産後の気分についておたずねします。最近のあなたの気分をチェックしてみましょう。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。
 - () 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であった。
 - () 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。