

FRÅGEFORMULÄR SOM STÖD FÖR INTERVJU FÖR ATT IDENTIFIERA POSTNATAL DEPRESSION

Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS). Den ursprungliga EPDS-skalan på engelska: Cox JL, Holden JM, Sagovsky R. 1987. Detection of postnatal depression. Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. British Journal of Psychiatry, 150,782-6.

Var snäll och ringa in det alternativ som bäst motsvarar de känningar du haft under den senaste veckan – inte bara känningar som du har just nu.

Under de sju senaste dagarna

1) har jag kunnat skratta och se tillvaron från den ljusa sidan

- a) lika mycket som vanligt
- b) inte riktigt lika mycket som vanligt
- c) mycket mindre än vanligt
- d) inte alls

2) har jag glatt mig åt saker som ska hända

- a) lika mycket som vanligt
- b) litet mindre än vanligt
- c) mycket mindre än vanligt
- d) knappast alls

3) har jag onödigt mycket lagt skulden på mig själv för att saker gått snett

- a) ja, för det mesta
- b) ja, ibland
- c) inte så ofta
- d) nej, aldrig

4) har jag varit ångestfylld eller orolig utan någon egentlig anledning

- a) nej, inte alls
- b) knappast alls
- c) ja, ibland
- d) ja, mycket ofta

5) har jag varit rädd eller ängslig utan någon egentlig anledning

- a) ja, mycket ofta
- b) ja, ibland
- c) nej, ganska sällan
- d) nej, inte alls

6) har det kört ihop sig för mig och blivit för mycket

- a) ja, för det mesta har jag inte kunnat ta itu med något alls
- b) ja, ibland har jag inte kunnat ta itu med saker lika bra som vanligt
- c) nej, för det mesta har jag kunnat ta itu med saker ganska bra
- d) nej, jag har kunnat ta itu med saker precis som vanligt

7) har jag känt mig så olycklig att jag har haft svårt att sova

- a) ja, för det mesta
- b) ja, ibland
- c) nej, sällan
- d) nej, aldrig

8) har jag känt mig ledsen och nere

- a) ja, för det mesta
- b) ja, ganska ofta
- c) nej, sällan
- d) nej, aldrig

9) har jag känt mig så olycklig att jag har gråtit

- a) ja, nästan jämt
- b) ja, ganska ofta
- c) bara då och då
- d) nej, aldrig

10) har tanken på att göra mig själv illa förekommit

- a) ja, ganska ofta
- b) ja, ibland
- c) knappast alls
- d) aldrig