

For information on the translation of  
this resource, please contact the  
**Perinatal and Infant Mental Health Service**  
on  
**(02) 9827 8071**

Affix ID Label Here		MRN			
Surname		Given Names			
Address - Street		Suburb	Postcode		
Date of Birth	Sex	AMO			
Hospital Name				Ward	

ARABIC

سيدتي:

بما أنك قد أنجبت طفلاً مؤخراً ، فنود ان نعرف مشاعرك. نرجو أن تضعي خطاً تحت أنسب جواب يعبر عن  
مشاعرك في الأيام السبعة الماضية، وليس مشاعرك اليوم فحسب. واليك المثال التالي:

لقد شعرت بأنني سعيدة:  
- نعم، في كل الأوقات  
- نعم، في معظم الأوقات  
- كلا، ليس أغلب الأحيان  
- كلا، أبداً

هذا يعني: "لقد شعرت أنني سعيدة معظم الوقت" خلال الاسبوع الماضي. نرجو أن تكلمي الأسئلة الأخرى بنفس  
الطريقة

## FOR OFFICE USE ONLY English version of EDS introduction

As you have recently had a baby we would like to know how you are feeling. Please underline the answer which comes closest to how  
you have felt **IN THE PAST 7 DAYS**, not just how you feel today. Here is an example, already completed:

I have felt happy:

**Yes, all the time**

**Yes, most of the time**

**No, not very often**

**No, not at all**

This would mean: "I have felt happy most of the time" during the past week. Please complete the other questions in the same way.

## خلال الأيام السبعة الماضية

1. لقد تمكنت من الضحك ورؤية الجانب المضحك من الأمور:

- بالمقدار الذي استطعته دائماً
- ليس تماماً بالمقدار نفسه الآن
- قطعاً ليس بالمقدار نفسه الآن
- كلا، مطلقاً

2. لقد تطلعت الى الأمور بمتعة:

- بالمقدار نفسه مثل أي وقت مضى
- نوعاً ما، أقل مما اعتدتُهُ
- قطعاً أقل مما اعتدتُهُ
- نادراً

3. لقد لمنت نفسي بدون لزوم عندما سارت الأمور على غير ما يرام:

- نعم، في معظم الأحيان
- نعم، في بعض الأحيان
- ليس أغلب الأحيان
- كلا، أبداً

4. لقد كنت قلقة ومشغولة البال بدون سبب وجيه:

- كلا، مطلقاً
- نادراً
- نعم، في بعض الأحيان
- نعم، أغلب الأحيان

( الرجاء قلب الصفحة للإجابة على بقية الأسئلة. )

5. لقد شعرت بالخوف والذعر بدون سبب وجيه:  
 - نعم، أكثر الأحيان  
 - نعم، في بعض الأحيان  
 - كلا، ليس كثيرا  
 - كلا، مطلقا
6. تراكمت الأعمال علي فلم أستطع القيام بها:  
 - نعم، في معظم الأحيان لم أستطع القيام بها مطلقا  
 - نعم، في بعض الأحيان لم أستطع القيام بها كالمعتاد  
 - كلا، لقد إستطعت القيام بها في بعض الأحيان  
 - كلا، لقد إستطعت القيام بها كالمعتاد
7. لقد كنت غير سعيدة لدرجة أنه كان لدي صعوبة في النوم:  
 - نعم، في معظم الأحيان  
 - نعم، في بعض الأحيان  
 - ليس أغلب الأحيان  
 - كلا، مطلقا
8. لقد شعرت بأنني حزينة وبائسة:  
 - نعم، في معظم الأحيان  
 - نعم، أغلب الأحيان  
 - كلا، ليس أغلب الأحيان  
 - كلا، مطلقا
9. لقد كنت غير سعيدة للغاية لدرجة أنني كنت أبكي:  
 - نعم، في معظم الأحيان  
 - نعم، أغلب الأحيان  
 - فقط من وقت لآخر  
 - كلا، أبدا
10. لقد خطرت لي فكرة إلحاق الأذى بنفسني:  
 - نعم، في أحوال كثيرة  
 - نعم، في بعض الأحيان  
 - نادرا  
 - كلا، أبدا

مع الشكر الجزيل.

### English version of questions

- |   |   |
|---|---|
| 1 I have been able to laugh and see the funny side of things:<br>As much as I always could<br>Not quite so much now<br>Definitely not so much now<br>Not at all | 6 Things have been getting on top of me:<br>Yes, most of the time I haven't been able to cope at all<br>Yes, sometimes I haven't been coping as well as usual<br>No, most of the time I have coped quite well<br>No, I have been coping as well as ever |
| 2 I have looked forward with enjoyment to things:<br>As much as I ever did<br>Rather less than I used to<br>Definitely less than I used to<br>Hardly at all     | 7 I have been so unhappy that I have had difficulty sleeping:<br>Yes, most of the time<br>Yes, sometimes<br>Not very often<br>No, not at all  |
| 3 I have blamed myself unnecessarily when things went wrong:<br>Yes, most of the time<br>Yes, some of the time<br>Not very often<br>No, never                   | 8 I have felt sad or miserable:<br>Yes, most of the time<br>Yes, quite often<br>Not very often<br>No, not at all  |
| 4 I have been worried and anxious for no good reason:<br>No, not at all<br>Hardly ever<br>Yes, sometimes<br>Yes, very often                                     | 9 I have been so unhappy that I have been crying:<br>Yes, most of the time<br>Yes, quite often<br>Only occasionally<br>No, never  |
| 5 I have felt scared or panicky for no very good reason:<br>Yes, quite a lot<br>Yes, sometimes<br>No, not much<br>No, not at all                                | 10 The thought of harming myself has occurred to me:<br>Yes, quite often<br>Sometimes<br>Hardly ever<br>Never   |