

6. Všechny starosti a tak dále na mě doslova padaly:

Ano, většinu času jsem nebyla schopna to zvládnout

Ano, občas jsem to nezvládala tak, jak to zvládám normálně

Ne, většinu času jsem to zvládala docela dobře

Ne, zvládala jsem to tak jako vždycky

7. Byla jsem tak nešťastná, že jsem měla problémy se spánkem:

Ano, většinu času

Ano, občas

Ne moc často

Ne, vůbec ne

8. Byla jsem smutná nebo zoufalá:

Ano, většinu času

Ano, docela často

Ne moc často

Ne, vůbec ne

9. Cítila jsem se tak nešťastná, že jsem plakala:

Ano, většinu času

Ano, docela často

Pouze tu a tam

Ne, nikdy se to nestalo

10. Napadlo mě, že bych si ublížila:

Ano, docela často

Občas

Sotva kdy

Vůbec

EDINBURGHSKÁ STUPNICE POPORODNÍ DEPRESE

DOTAZNÍK

DOTAZNÍK EPDS

Jméno matky.....

Adresa

Věk dítěte (v týdnech)

Věk matky.....

Telefon

Dnešní datum

Navštěvující zdravotník

Praktický lékař

Vzhledem k tomu, že jste se nedávno stala matkou, rádi bychom věděli, jak se nyní cítíte. Podtrhněte, prosím, odpověď, která se nejvíce blíží tomu, jak jste se cítila **v uplynulém týdnu**, ne jen dnes.

Zde je příklad již vyplněného dotazníku:

Měla jsem pocit štěstí:

- Ano, celou dobu
- Ano, většinu času
- Ne, moc často ne
- Ne, vůbec

To znamená, že v uplynulém týdnu „Jsem se většinu času cítila šťastná“.

Obdobně vyplňte i ostatní otázky, prosím.

V UPLYNULÉM TÝDNU

1. Dokázala jsem se zasmát a vidět to legrační na věcech:
 - Tak jako dříve
 - Tentokrát už tolik ne
 - Rozhodně ne tolik jako dřív
 - Vůbec
2. Těšila jsem se na to, co mě čeká:
 - Tak, jak jsem se těšovala vždy
 - Trochu méně než dříve
 - Rozhodně méně než dříve
 - Skoro vůbec
3. Když něco nevyšlo, bezdůvodně jsem vinila sebe samu:
 - Ano, většinu času
 - Ano, občas
 - Ne moc často
 - Ne, vůbec
4. Bezdůvodně jsem byla neklidná či ustrašená:
 - Ne, vůbec
 - Skoro nikdy
 - Ano, občas
 - Ano, velmi často
5. Bezdůvodně se mě zmocňoval strach či panika:
 - Ano, docela často
 - Ano, občas
 - Ne, ani moc ne
 - Ne, vůbec