

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

HINDI

आपके जल्द ही बच्चा होने वाला है इसलिए हम जानना चाहेंगे कि आप कैसा अनुभव कर रही हैं। कृपया उस उत्तर के नीचे लाइन खींचिए जो कि पिछले ७ दिनों में आपकी भावनाओं को अधिक से अधिक दर्शाता हो। आपको पिछले ७ दिनों की अपनी भावनाओं के बारे में बताना है न कि आप आज कैसा महसूस कर रही हैं। नीचे एक हल किया हुआ उदाहरण दिया गया है:

मैंने खुशी का अनुभव किया है:

हां, हर समय

हां, अधिकांश समय

नहीं, अक्सर नहीं

नहीं, कभी नहीं

इसका मतलब होगा कि पिछले ७ दिनों में "मैंने अधिकतर अपने को खुश पाया"। कृपया अन्य प्रश्नों का इसी प्रकार उत्तर दें।

**FOR OFFICE USE ONLY English version of EDS introduction**

As you are about to have 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.

पिछले ७ दिनों में:

१. मैं हंस पायी हूँ और बातों का खुशनुमा पहलू देख पायी हूँ:  
जितना मैं सदैव करती आयी हूँ  
अब उतना नहीं  
निश्चित ही अब कम  
बिलकुल नहीं
२. मैं आने वाली बातों के प्रति खुशी महसूस की हूँ:  
जितना मैं पहले कर पायी  
जितना पहले कर पाती थी उससे कम  
निश्चित रूप से पहले से कम  
नहीं, बिलकुल नहीं
३. कुछ भी बिगड़ जाने पर मैंने स्वयं को अनावश्यक रूप से अपने को दोषी माना है:  
हां, अधिकांश समय  
हां, कुछ समय  
अक्सर नहीं  
नहीं, कभी नहीं
४. पर्याप्त कारण न होने पर भी मैं घबराई या चिंतित रहती हूँ:  
नहीं, बिलकुल नहीं  
शायद ही कभी  
हां, कभी कभी  
हां, अक्सर ही

(कृपया इस प्रश्न की पिछली तरफ दिए गए प्रश्न नम्बर ५ - १० का भी उत्तर दें)

५. पर्याप्त कारण न होने पर भी मैं भयभीत या घबराहट महसूस करती रही हूँ:

हां, काफ़ी ज़्यादा  
हां, कभी कभी  
नहीं, अधिक नहीं  
नहीं, कभी नहीं

६. काम मुझे अपने उपर बोझ मालूम पड़ना रहा है:

हां, अधिकांश समय मैं झेल नहीं पायी हूँ  
हां, कभी कभी मैं पहले की तरह झेल नहीं पायी हूँ  
नहीं, अधिकांश समय मैं अच्छे से झेल पायी हूँ  
नहीं, मैं हमेशा की तरह ही झेल पायी हूँ

७. मैं इतना उदास महसूस करती रही हूँ कि मुझे सोने में परेशानी हुई:

हां, अधिकांश समय  
हां, कभी कभी  
अक्सर नहीं  
नहीं, बिल्कुल नहीं

८. मैं उदास या दयनीय महसूस करती हूँ:

हां, अधिकांश समय  
हां, अक्सर ही  
अक्सर नहीं  
नहीं, कभी नहीं

९. मैं इतना दुखी रही हूँ कि रोती रही हूँ:

हां, अधिकांश समय  
हां, अक्सर ही  
केवल कभी कभी  
नहीं, कभी नहीं

१०. अपने को नुकसान पहुँचाने (शारिरिक रूप से) का ख्याल मुझे आया है:

हां, अक्सर ही  
कभी कभी  
शायद ही कभी  
कभी नहीं

धन्यवाद

### 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   |