



Facility:

D.O.B. \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

M.O.

ADDRESS

## THE EDINBURGH POSTNATAL DEPRESSION SCALE

LOCATION

COMPLETE ALL DETAILS OR AFFIX PATIENT LABEL HERE

Та ойрын хугацаанд хүүхдээ төрүүлэх учир бид таны сэтгэлийн байдлын тухай илүү ихийг мэдэж авмаар байна. Зөвхөн өнөөдөр ямар байгаа биш харин СҮҮЛИЙН 7 ӨДӨР та өөрийгөө ямар сэтгэл санааны байдалтай байсан тухай хариулж, хариугаа дөрвөлжинд тохируулна уу. Энд аль хэдийнээ хариулж бөглөсөн нэгэн жишээ байгаа.:

Би аз жаргалтай мэдрэмжтэй болсон

- Тийм, үргэлж  
 Тийм, бараг байнга  
 Үгүй, үргэлж биш  
 Үгүй, ердөөсөө үгүй

Энэ нь доорх утгатай: Өнгөрсөн долоо хоногт “Би голдуу аз жаргалтай мэдрэмжтэй байсан”. Бусад асуултуудыг энэ маягаар бөглөнө үү.

**1. Би аливаа нэг юмны хөгжилтэй талуудыг олоод инээж баясах боломжтой байсан:**

- Би үргэлж л ийм байдаг байсан  
 Одоо нэг их чадахгүй байгаа  
 Одоо бол барагтай чадахгүй байгаа  
 Ердөөсөө үгүй

**2. Би бүх зүйлүүдийг урагшаагаа баяр баясгалантайгаар таашаалтай хүлээж авдаг байсан:**

- Байнга би ингэж хүлээж авдаг  
 Би арай бага таашаалтай хүлээж авдаг болсон  
 Өмнөхийг бодвал хамаагүй бага  
 Ер нь их хэцүү

**3. Бүх зүйл буруугаар эргэсэн үед би өөрийгөө хэрэггүйгээр буруутгадаг байсан:**

- Тийм, байнга  
 Тийм, заримдаа  
 Тийм ч ойрхон биш  
 Үгүй, хэзээ ч үгүй

**4. Би шалтгаангүй санаа зовж эсвэл муу зүйлийг бодож сандардаг байсан:**

- Үгүй, хэзээ ч үгүй  
 Маш ховорхон  
 Тийм, заримдаа  
 Тийм, байнга

**5. Би зарим нэг их сайн биш шалтгаануудаас болж айж бухимддаг:**

- Тийм, олонтаа  
 Тийм, заримдаа  
 Үгүй, нэг их биш  
 Үгүй, ердөөсөө үгүй

**6. Бүх зүйл миний дотор эргэлдэж байгаа мэт санагдана:**

- Тийм, ихэнх үед би энэ бүгдийг даван туулж чаддаггүй байсан  
 Тийм, заримдаа би бүх зүйлийг даван туулдаггүй, яг жирийн үед мэт  
 Үгүй, би ихэнх цагт асуудлуудаа даван туулдаг  
 Үгүй, би тулгарсан асуудлуудаа яг л жирийн үеийнх шиг даван туулдаг байсан

**7. Би их аз жаргалгүй байдаг ба би унтаж нойрсохдоо их хүндрэлтэй байсан:**

- Тийм, ихэнх цагт  
 Тийм, заримдаа  
 Нэг их ойрхон байнга биш  
 Үгүй, ердөөсөө үгүй

**8. Би гунигтай эсвэл өрөвдөлтэй мэдрэмжтэй байсан:**

- Тийм, ихэнх цагт  
 Тийм, маш ойрхон  
 Нэг их ойрхон ба байнга биш  
 Үгүй, ердөөсөө үгүй

**9. Би бүр уйлтлаа тийм их аз жаргалгүй мэдрэмжтэй байсан:**

- Тийм, ихэнх цагт  
 Тийм, маш ойрхон  
 Зөвхөн хааяа  
 Үгүй, хэзээ ч үгүй

**10. Би өөртөө муу зүйл хийх бодол надад орж ирдэг байсан**

- Тийм, ихэнх цагт  
 Заримдаа  
 Маш хааяа  
 Хэзээ ч үгүй

Completed by \_\_\_\_\_ Date \_\_\_\_\_ Total Score: \_\_\_\_ / 30 Total Score for Question 10: \_\_\_\_ / 3  
 (initials)



SMR060461

Holes Punched as per AS2828.1: 2019

BINDING MARGIN - NO WRITING

NH700959A 100823