Edinburgh Postnatal Depression Scale **(EPDS)**

Versione Italiana di Benvenuti *et al*., 1999

Data di compilazione _____

Età del bambino in settimane _____

Lei di recente ha avuto un bambino. Ci piacerebbe sapere come si é sentita **nell'ultima settimana**.

La preghiamo di segnare con una **X** la risposta che meglio descrive come si é sentita nei sette giorni appena trascorsi e non soltanto come si sente oggi. Per aiutarla, ecco un esempio:

Sono stata felice

O Sì, sempre

X Sì, per la maggior parte del tempo

O No, non molto spesso

O No, per niente

II che in pratica significa «Durante la scorsa settimana sono stata felice per la maggior parte del tempo».

Per favore completi le altre domande nello stresso modo.

Nei sette giorni appena trascorsi:

1. **Sono stata capace di ridere e di vedere il lato buffo delle cose**
   - O Come facevo sempre
   - O Adresso, non proprio come al solito
   - O Adresso, decisamente un po´meno del solito
   - O Per niente

2. **Ho guardato con gioia alle cose future**
   - O Come, ho sempre fatto
   - O Un po´meno di quanto ero abituata a fare
   - O Decisamente meno di quanto ero abituata a fare
   - O Quasi per nulla

3. **Mi sonno incolpata senza motivo quandro le cose andavano male**
   - O Sì, il piú delle volte
   - O Sì, qualche volta
   - O Non, molto spresso
   - O No, mai

4. **Sono stata preoccupata o in ansia senza un valido motivo**
   - O No, per niente
   - O Quasi mai
   - O Sì, qualche volta
   - O Sì, molto spesso

5. **Ho avuto momenti di paura o di panico senza un valido motivo**
   - O Sì, moltissimi
   - O Sì, qualche volta
   - O No, non molti
   - O No, per niente

6. **Mi sentivo sommersa dalle cose**
   - O Sì, il piú delle volte non sono stata per niente capace di far fronte alle cose
   - O Sì, qualche volta non sono stata capace di far fronte alle cose bene come al solito
   - O No, il piú delle volte ho fatto fronte alle cose bene
   - O No, sono riuscita a fronteggiare le situazioni bene come sempre

7. **Sono stata cosi infelice che ho avuto difficoltà a dormire**
   - O Sì, il piú delle volte
   - O Sì, abbastanza spresso
   - O Non molto spresso
   - O No, per nulla

8. **Mi sono sentita triste o infelice**
   - O Sì, il piú delle volte
   - O Sì, abbastanza spresso
   - O Non molto spresso
   - O No, per nulla

9. **Sono stata cosi infelice che ho perfino pianto**
   - O Sì, il piú delle volte
   - O Sì, abbastanza spresso
   - O Solo di tanto in tanto
   - O No, mai

10. **Il pensiero di farmi del male mi è passato per la mente**
    - O Sì, molto spresso
    - O Qualche volta
    - O Quasi mai
    - O Mai

Risultato _____