

Edinburgh-Postnatal-Depression-Scale EPDS (Italiano)

Lei di recente ha avuto un bambino. Ci piacerebbe sapere come si è sentita nell'ultima settimana. La preghiamo di sottolineare la risposta che meglio descrive come si è sentita nei sette giorni appena trascorsi e non soltanto come si sente oggi.

Nei sette giorni appena trascorsi...	punti
1. ... sono stata capace di ridere e di vedere il lato comico delle cose	
<input type="checkbox"/> come al solito	0
<input type="checkbox"/> un po' meno del solito	1
<input type="checkbox"/> decisamente meno del solito	2
<input type="checkbox"/> per niente	3
2. ... ho gustato con piacere le cose	
<input type="checkbox"/> come al solito	0
<input type="checkbox"/> un po' meno del solito	1
<input type="checkbox"/> decisamente meno del solito	2
<input type="checkbox"/> a mala pena	3
3. ... ho dato inutilmente la colpa a me stessa quando le cose sono andate male	
<input type="checkbox"/> sì, il più delle volte	3
<input type="checkbox"/> sì, qualche volta	2
<input type="checkbox"/> non molto spesso	1
<input type="checkbox"/> no, mai	0
4. ... sono stata ansiosa o preoccupata senza una valida ragione	
<input type="checkbox"/> no, per niente	0
<input type="checkbox"/> quasi mai	1
<input type="checkbox"/> sì, talvolta	2
<input type="checkbox"/> sì, spesso	3
5. ... ho provato paura o sono stata in preda al panico senza una valida ragione	
<input type="checkbox"/> sì quasi sempre	3
<input type="checkbox"/> sì, talvolta	2
<input type="checkbox"/> no, non molto spesso	1
<input type="checkbox"/> mai	0
6. ... le cose mi hanno causato eccessiva preoccupazione	
<input type="checkbox"/> sì, il più delle volte non sono stata capace di affrontarle	3
<input type="checkbox"/> sì, qualche volta non sono stata capace di affrontarle come sempre	2
<input type="checkbox"/> no, il più delle volte le ho affrontate abbastanza bene	1
<input type="checkbox"/> no, le ho affrontate bene come sempre	0
7. ... sono stata così infelice che ho avuto difficoltà a dormire	
<input type="checkbox"/> sì, il più delle volte	3
<input type="checkbox"/> sì, qualche volta	2
<input type="checkbox"/> non molto spesso	1
<input type="checkbox"/> no, per nulla	0
8. ... mi sono sentita triste o avvilita	
<input type="checkbox"/> sì, per la maggior parte del tempo	3
<input type="checkbox"/> sì, abbastanza spesso	2
<input type="checkbox"/> solo occasionalmente	1
<input type="checkbox"/> no, mai	0
9. ... sono stata così infelice che ho pianto	
<input type="checkbox"/> sì, per la maggior parte del tempo	3
<input type="checkbox"/> sì, abbastanza spesso	2
<input type="checkbox"/> solo occasionalmente	1
<input type="checkbox"/> no, mai	0

10. ... mi è venuta in mente l'idea di farmi del male

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> sì, abbastanza spesso | 3 |
| <input type="checkbox"/> qualche volta | 2 |
| <input type="checkbox"/> quasi mai | 1 |
| <input type="checkbox"/> mai | 0 |

Sommi il punteggio. Se ottiene un risultato maggiore di 9, contatti una specialista per un ulteriore approfondimento.

© Carpiello, B., Pariante, C. M., Serri, F., et al. (1997). Validation of the Edinburgh Postnatal Depression Scale in Italy. *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynaecology*, 18, pp 280-185