



Department of Health
Government of Western Australia



THE EDINBURGH POSTNATAL DEPRESSION SCALE (TRANSLATION – MACEDONIAN)

Full name: _____ **Date :** _____

Како се чувствувате?

Доколку неодамна имавте бебе, ние би сакале да знаеме како сега се чувствувате. Ве молиме подвлечете го одговорот што е најблизу до она како се чувствувате во изминативе 7 дена, а не само како се чувствувате денеска. Еве еден пополнет пример:

Се чувствував среќно:

Да, најголемиот дел од времето

Да, за извесно време

Не, не многу

Не, воопшто не

Ова би значело: 'Се чувствував среќно за извесно време во текот на изминатата недела.'

Ве молиме одговорете ги останатите прашања на истиот начин.

Во изминатите 7 дена

1. Бев во состојба да се смеам и да ја согледам смешната страна на работите:

Толку колку и секогаш

Сега не толку многу

Не, дефинитивно не толку многу

Воопшто не

2. Со задоволство бев во исчекување на нешта:

Така како што сум секогаш

Многу помалку отколку порано

Дефинитивно помалку отколку порано

Речиси воопшто не

3. Се обвинував себеси кога работите одеа во погрешен правец:

Да, најголемиот дел од времето

Да, за извесно време

Не многу често

Не, никогаш

4. Бев нервозна или загрижена без некоја добра причина:

Не, воопшто не

Речиси никогаш

Да, понекогаш

Да, многу често

(Ве молиме одговорете ги прашањата 5-10 на задниот дел од страницата)

5. Се чувствував уплашено или воспаничено без некоја добра причина:
 - Да, доста често
 - Да, понекогаш
 - Не, не многу
 - Не, воопшто не

6. Работите ми претставуваа преоптоварување:
 - Да, најголемиот дел од времето не бев во состојба да издржам
 - Да, понекогаш не бев толку издржлива како нормално
 - Не, најголем дел од времето издржував прилично добро
 - Не, издржував добро како и секогаш

7. Бев толку несреќна што имав потешкотии со спиењето:
 - Да, најголемиот дел од времето
 - Да, доста често
 - Не многу често
 - Не, никогаш

8. Се чувствував тажно или мизерно:
 - Да, најголемиот дел од времето
 - Да, доста често
 - Не многу често
 - Не, воопшто не

9. Бев толку несреќна што плачев:
 - Да, најголемиот дел од времето
 - Да, доста често
 - Само понекогаш
 - Не, никогаш

10. Ми доаѓаа мисли да се повредам себеси:
 - Да, доста често
 - Понекогаш
 - Скоро никогаш
 - Никогаш