



愛丁堡產後憂鬱症量表 (中文)
(The Edinburgh Postnatal Depression Scale)

Last Name	
First Name	
PHN#	MRN#
Birthdate (dd-Mon-yyyy)	Physician

說明

(Instructions)

恭喜您，您有了寶寶，我們想瞭解您的感受，請仔細閱讀每一個問題，選出最貼近您最近七天的感受的選項（在選項前的空格打勾）。範例：

我覺得快樂

- a. 是，一直都是這樣
- b. 是，大部分時間是這樣
- c. 不，不常這樣
- d. 不，一點也沒有

上例中，選 b 表示“我在過去七天中，大部分時間覺得快樂”

請照同樣方式完成以下各題。注意：請回答最近七天的感受，不只是今天一天的感受。

在最近七天中

(In the Past 7 days (Choose ONE))

1. 我能開懷地笑，並看到事物有趣的一面

- a. 跟往常一樣
- b. 似乎沒有往常那麼多
- c. 肯定比往常少
- d. 完全不能

2. 我欣然期待未來的一切

- a. 跟往常一樣
- b. 似乎沒有往常那麼多
- c. 肯定比往常少
- d. 完全不能

3. 當事情出錯時，我會不必要地責備自己

- a. 是，大部分時候會
- b. 是，有時候會
- c. 不常這樣
- d. 不，從來不會

4. 我無緣無故地覺得緊張或擔憂

- a. 不，一點也沒有
- b. 極少有
- c. 是，有時候這樣
- d. 是，常常這樣

5. 我無緣無故地覺得害怕或恐慌

- a. 是，很多時候這樣
- b. 是，有時候會這樣
- c. 不，不常這樣
- d. 不，一點也不會



愛丁堡產後憂鬱症量表 (中文)
(The Edinburgh Postnatal Depression Scale)

Last Name	
First Name	
PHN#	MRN#
Birthdate (dd-Mon-yyyy)	Physician

最近七天中 (續) (選擇一項)

(In the Past 7 days Continued (Choose ONE))

6. 事情多得幾乎要壓過我

- a. 是，大部分時候我已經完全無法應付
- b. 是，有時候我沒辦法應付得像以前那麼好
- c. 不會，大部分時候我應付得還不錯
- d. 不會，我一直都能應付得好

7. 我很不快樂，以致於睡不好

- a. 是，大部分時候都這樣
- b. 是，有時候這樣
- c. 不常這樣
- d. 不，一點也不會

8. 我感到難過或悲哀

- a. 是，大部分時候這樣
- b. 是，很常這樣
- c. 不常這樣
- d. 不，一點也不會

9. 我覺得很不快樂而哭泣

- a. 是，大部分時候這樣
- b. 是，很常這樣
- c. 只有偶爾這樣
- d. 不，從來沒有

10. 我想過要傷害自己

- a. 是，常常
- b. 有時候
- c. 幾乎沒有
- d. 從來沒有

Administered/Reviewed by

Date (yyyy-Mon-dd)

Score

Alberta Health Services collects information about you in accordance with Section 20 of the Health Information Act (HIA) for the purpose of providing you health services, determining your eligibility for health services, or to carry out any other purpose authorized by the HIA. Your information will be collected directly from you, except in the limited circumstances where we are authorized by the HIA to indirectly collect such information. If you have any questions about this collection, please ask your care provider or contact Maureen Devolin, Director, Healthy Children and Families telephone 403-943-6704.

© 1987 The Royal College of Psychiatrists. Cox, J.L., Holden, J.M., & Sagovsky, R. (1987). Detection of postnatal depression. Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. *British Journal of Psychiatry*, 150, 782-786. Written permission must be obtained from the Royal College of Psychiatrists for copying and distribution to others or for republication (in print, online or by any other medium).