



# 仁安醫院

## 愛丁堡產後抑鬱量表

愛丁堡產後抑鬱量表乃一有效的評測工具，幫助我們識別產婦產後的情緒適應狀況。

在您生產後第十天，院方會將此測量表以短訊形式傳送給您及您的配偶或至親，請你盡快完成問卷並傳送回醫院，讓我們在您有需要時盡早為您提供支援及協助。

但如您在出院後任何時間覺得情緒不穩定，也可隨時填寫以下問卷，並致電與我們聯絡。

Client's Label

如總分  $\geq 19$  分，或您選擇了以 ★ 標示的選項，  
請即聯絡您的主診醫生或致電 2608 3270 婦產科病房。

在過去 5-7 天內(包括今天)：(請圈出您的答案)

填表日期：\_\_\_\_\_

**A 我能看到事情有趣的一面，並笑得開心**

- 0 同以前一樣
- 1 沒有以前那麼多
- 2 肯定比以前少
- 3 完全不能

**B 我欣然期待未來的一切**

- 0 同以前一樣
- 1 沒有以前那麼多
- 2 肯定比以前少
- 3 完全不能

**C 當事情出錯時，我會不必要地責備自己**

- 3 大部分時候這樣
- 2 有時候這樣
- 1 不經常這樣
- 0 沒有這樣

**D 我無緣無故感到焦慮和擔心**

- 0 一點也沒有
- 1 極少有
- 2 有時候這樣
- 3 經常這樣

**E 我無緣無故感到害怕和驚慌**

- 3 相當多時候這樣
- 2 有時候這樣
- 1 不經常這樣
- 0 一點也沒有

**F 當很多事情衝着我而來，使我透不過氣**

- 3 大多數時候我都不能應付
- 2 有時候我不能像平時那樣應付得好
- 1 大部分時候我可以應付自如
- 0 一直都能應付得很好

**G 我很不開心，以致失眠**

- 3 大部分時候這樣
- 2 有時候這樣
- 1 不經常這樣
- 0 沒有這樣

**H 我感到難過和悲傷**

- 3 大部分時候這樣
- 2 頗經常這樣
- 1 不經常這樣
- 0 沒有這樣

**I 我不開心到哭**

- 3 大部分時候這樣
- 2 頗經常這樣
- 1 只是間中這樣
- 0 沒有這樣

**J 我想過要傷害自己**

- ★ 3 頗經常這樣 (選此項者請即通知醫生)
- 2 有時候這樣
- 1 很少這樣
- 0 從來沒有

NUA-292-16-2178c(R3)

愛丁堡產後抑鬱量表

資料由 Cox,J.L. Holden,J.M. & Sagovsky,R. (1987). Detection of postnatal depression. Br. J. Psychiatry 150:782-786.  
Lee, D., etal (1997) Detecting postnatal depression in Chinese. Br.J.Psychiatry 172:433-437 提供

總分數：