



Version 2005-01



## 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 сѝраницата)*

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