

PLACE LABEL HERE.  
IF LABEL NOT AVAILABLE, WRITE IN PT NAME & MR#

### The Edinburgh Post Natal Depression Scale (EPDS)

From the British Journal of Psychiatry; June, 1987, Vol. 150  
by J.L. Cox, J.M. Holden, R. Sagovsky

Baby's Name:

Baby's Date of Birth:

We use this scale to see how woman are coping with the life changes of pregnancy and childbirth. **Instructions:** Please circle the answer which comes closest to how you have felt **in the past 7 days** – not just how you feel today.

Here is an example, already completed:

I have felt happy:

- a. Yes, all the time
- b. Yes, most of the time
- c. No, not very often
- d. No, not at all

This would mean "I have felt happy most of the time during the past week."

Please answer the following 10 questions - **In the past 7 days:**

- 1. I have been able to laugh and see the funny side of things -
  - a. As much as I always could
  - b. Not quite so much now
  - c. Definitely not so much now
  - d. Not at all
- 2. I have looked forward with enjoyment to things -
  - a. As much as I ever did
  - b. Rather less than I used to
  - c. Definitely less than I used to
  - d. Hardly at all
- 3. I have blamed myself unnecessarily when things went wrong -
  - a. Yes, most of the time
  - b. Yes, some of the time
  - c. Not very often
  - d. No, never
- 4. I have been anxious or worried for no good reason -
  - a. No, not at all
  - b. Hardly ever
  - c. Yes, sometimes
  - d. Yes, very often
- 5. I have felt scared or panicky for no good reason -
  - a. Yes, quite a lot
  - b. Yes, sometimes
  - c. No, not much
  - d. No, not at all
- 6. Things have been getting on top of me -
  - a. Yes, most of the time I haven't been able to cope at all
  - b. Yes, sometimes I haven't been coping as well as usual
  - c. No, most of the time I have coped quite well
  - d. No, I have been coping as well as ever
- 7. I have been so unhappy that I have had difficulty sleeping -
  - a. Yes, most of the time
  - b. Yes, some of the time
  - c. Not very often
  - d. No, not at all
- 8. I have felt sad or miserable -
  - a. Yes, most of the time
  - b. Yes, some of the time
  - c. Not very often
  - d. No, not at all
- 9. I have been so unhappy that I have been crying -
  - a. Yes, most of the time
  - b. Yes, quite often
  - c. Only occasionally
  - d. No, never
- 10. The thought of harming myself has occurred to me -
  - a. Yes, quite often
  - b. Sometimes
  - c. Hardly ever
  - d. Never

Completed by: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

To Clinician: Enter into Epic "OB Depression Scale" Flowsheet

**WORKSHEET – NOT A PART OF THE PERMANENT RECORD**

**Escala de Depresión Post-Parto de Edimburgo (EPDS por sus siglas en inglés)**

Tomado del "British Journal of Psychiatry"; de junio de 1987, Vol. 150 escrito por J.L. Cox, J.M. Holden, R. Sagovsky

IF LABEL NOT AVAILABLE, WRITE IN PT NAME & MR#

Nombre del Bebé:

Fecha de nacimiento del Bebé:

Utilizamos esta escala para determinar la capacidad de las mujeres para afrontar los cambios de la vida durante el embarazo y el parto. **Instrucciones:** Por favor marque la respuesta que más se aproxime a como se sintió durante **los últimos 7 días** y no como se siente el día de hoy

He aquí un ejemplo, ya completado:

*Me he sentido feliz:*

- a. *Sí, todo el tiempo*
- b. *Sí, la mayor parte del tiempo*
- c. *No, no muy a menudo*
- d. *No, para nada*

*Esto significaría "Me he sentido feliz la mayor parte del tiempo durante la semana pasada."*

Favor de contestar las siguientes 10 preguntas - **En los últimos 7 días:**

1. He podido reír y ver el lado divertido de las cosas
  - a. De la misma manera que siempre
  - b. No tanto ahora
  - c. Definitivamente no tanto ahora
  - d. Para nada
2. He estado esperando con ilusión para disfrutar las cosas -
  - a. Tanto como siempre lo he hecho
  - b. Más bien menos que como antes lo hacía
  - c. Definitivamente menos que cuando antes los hacía
  - d. Casi nunca
3. Me he culpado innecesariamente cuando las cosas han salido mal -
  - a. Si, la mayoría de las veces
  - b. Si, algunas veces
  - c. No siempre
  - d. No, nunca
4. He estado muy inquieta o preocupada sin ninguna razón -
  - a. No, para nada
  - b. Casi nunca
  - c. Si, algunas veces
  - d. Si, muy a menudo
5. Me ha dado miedo o pánico sin tener motivo-
  - a. Si, bastante seguido
  - b. Si, algunas veces
  - c. No, no mucho
  - d. No, para nada
6. Las cosas me han estado abrumando -
  - a. Si, la mayoría de las veces no he podido afrontar las cosas
  - b. Sí, a veces no he podido manejar las situaciones como siempre
  - c. No, la mayor parte del tiempo he estado enfrentando las cosas tan bien como siempre
  - d. No, he estado manejando las situaciones tan bien como siempre
7. Me he sentido tan desgraciada que he tenido dificultades en dormir -
  - a. Si, la mayor parte del tiempo
  - b. Si, algunas de las veces
  - c. No muy a menudo
  - d. No, nunca
8. Me he sentido triste o desgraciada -
  - a. Si, la mayor parte del tiempo
  - b. Si, algunas veces
  - c. No muy a menudo
  - d. No, para nada
9. Me he sentido tan triste que he estado llorando -
  - a. Si, la mayor parte del tiempo
  - b. Si, bastante a menudo
  - c. Solamente ocasionalmente
  - d. No, nunca
10. Me ha pasado por la mente el hacerme daño -
  - a. Si, bastante seguido
  - b. Algunas veces
  - c. Casi nunca
  - d. Nunca

Completado por: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

To Clinician: Enter into Epic "OB Depression Scale" Flowsheet

**WORKSHEET – NOT A PART OF THE PERMANENT RECORD**