



Department of Health  
Government of Western Australia



## THE EDINBURGH POSTNATAL DEPRESSION SCALE (TRANSLATION – DUTCH)

Full name: \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

### Hoe voelt u zich?

Aangezien u onlangs een baby heeft gehad willen wij graag weten hoe u zich nu voelt. Onderstreep aub het antwoord dat het beste beschrijft hoe u zich de laatste 7 dagen heeft gevoeld, niet alleen hoe u zich vandaag voelt. Hieronder volgt een voorbeeld:

Ik voel me gelukkig:

Ja, over het algemeen

Ja, soms

Nee, niet echt

Nee, helemaal niet

In dit geval zou uw antwoord betekenen: “Ik heb me soms gelukkig gevoeld in de afgelopen week.” Beantwoord aub de volgende vragen op dezelfde manier.

### In de afgelopen 7 dagen

1. Ik heb kunnen lachen en de zonnige kant van de dingen kunnen inzien:

Zoveel als ik altijd kon

Niet zo veel nu als anders

Zeker niet zo veel nu als anders

Helemaal niet

2. Ik heb met plezier naar dingen uitgekeken:

Zoals altijd of meer

Wat minder dan ik gewend was

Absoluut minder dan ik gewend was

Nauwelijks

3. Ik heb mij zelf onnodig verwijten gemaakt als er iets fout ging:

Ja, heel vaak

Ja, soms

Niet erg vaak

Nee, nooit

4. Ik ben bang of bezorgd geweest zonder dat er een aanleiding was:

Nee, helemaal niet

Nauwelijks

Ja, soms

Ja, zeer vaak

5. Ik reageerde schrikachtig of paniekerig zonder echt goede reden:  
Ja, tamelijk vaak  
Ja, soms  
Nee, niet vaak  
Nooit
6. De dingen groeiden me boven het hoofd:  
Ja, meestal was ik er niet tegen opgewassen  
Ja, soms was ik minder goed tegen dingen opgewassen dan anders  
Nee, meestal kon ik de dingen erg goed aan  
Nee, ik kon alles even goed aan als anders
7. Ik voelde me zo ongelukkig dat ik er bijna niet van kon slapen:  
Ja, meestal  
Ja, soms  
Niet vaak  
Helemaal niet
8. Ik voelde me somber en beroerd:  
Ja, bijna steeds  
Ja, tamelijk vaak  
Niet erg vaak  
Nee, helemaal niet
9. Ik was zo ongelukkig dat ik heb zitten huilen:  
Ja, heel vaak  
Ja, tamelijk vaak  
Alleen af en toe  
Nee, nooit
10. Ik heb eraan gedacht om mezelf iets aan te doen:  
Ja, tamelijk vaak  
Soms  
Nauwelijks  
Nooit