



**Edinburgh Postnatal Depression Scale
Translation – Korean**

에딘버그 산후우울증 검사

Name: _____ Date: _____

임신한 상태라면 임신주수: _____

출산한 상태라면 출산주수: _____

곧 출산을 앞두고 계시거나, 최근 출산을 하신 분들을 대상으로 심리상태를 알아보고자 합니다. 오늘의 심리상태가 아니라 최근 7일 동안 귀하께서 느끼신 감정에 가장 가까운 답변에 체크해 주시기 바랍니다.

다음 예문의 경우: 답변자가 지난 1주일 동안 “대체로 행복하다고 느꼈다”고 대답을 한 것입니다.

- 예: 저는 최근 행복하다고 느꼈습니다:
 예, 항상 그러하였습니다.
 예, 대체로 그러하였습니다.
 아니요, 별로 그렇지 않았습니다.
 아니요, 전혀 그렇지 않았습니다.

예문과 마찬가지로 다음의 질문들에 답변해 주시기 바랍니다.

지난 7일 동안:

- 나는 잘 웃고 주변 일들의 재미난 면을 잘 볼 수 있었습니다.
 예전과 마찬가지로 그러하였습니다.
 예전보다는 조금 덜 그러하였습니다.
 예전보다 확실히 많이 그러하지 못하였습니다.
 전혀 그렇지 못하였습니다.
- 나는 즐거운 마음으로 미래에 일어날 일들을 기대하였습니다.
 예전과 마찬가지로 그러하였습니다.
 예전보다는 조금 덜 그러하였습니다.
 예전보다는 확실히 덜 그러하였습니다.
 거의 그러하지 못하였습니다.
- 일이 잘못될 경우 나는 지나치게 나 스스로를 탓하였습니다.
 예, 대체로 그러하였습니다.
 예, 종종 그러하였습니다.
 자주 그렇지는 않았습니다.
 아니요, 전혀 그렇지 않았습니다.
- 나는 특별한 이유 없이 초조하고 불안하였습니다.
 아니요, 전혀 그렇지 않았습니다.
 거의 그렇지 않았습니다.
 예, 때때로 그러하였습니다.
 예, 자주 그러하였습니다.

5. 나는 뚜렷한 이유 없이 두려움 혹은 공포심을 느꼈습니다.
 예, 꽤 자주 그러하였습니다.
 예, 종종 그러하였습니다.
 아니요, 그다지 그렇지 않았습니다.
 아니요, 전혀 그렇지 않았습니다.
6. 상황이 내게는 너무 버겁게 느껴졌습니다.
 예, 대부분의 경우 상황을 전혀 감당할 수 없었습니다.
 예, 예전처럼 상황을 처리하지 못하는 때가 종종 있었습니다.
 아니요, 대부분의 경우 상황을 잘 처리할 수 있었습니다.
 아니요, 늘 그렇듯이 상황을 잘 처리했습니다.
7. 나는 너무 불행해서 잠을 이루기가 어려웠습니다.
 예, 대부분의 경우 그러하였습니다.
 예, 종종 그러하였습니다.
 아니요, 자주 그렇지 않았습니다.
 아니요, 전혀 그렇지 않았습니다.
8. 나는 슬프고 비참하다고 느꼈습니다.
 예, 대부분의 경우 그러하였습니다.
 예, 꽤 자주 그러하였습니다.
 아니요, 자주 그렇지 않았습니다.
 아니요, 전혀 그렇지 않았습니다.
9. 너무 불행하다고 느껴서 울었습니다.
 예, 대부분의 경우 그러하였습니다.
 예, 꽤 자주 그러하였습니다.
 아주 가끔 그러하였습니다.
 아니요, 전혀 그렇지 않았습니다.
10. 자해하고 싶다는 생각이 들었습니다.
 예, 꽤 자주 그러하였습니다.
 때때로 그러하였습니다.
 거의 그렇지 않았습니다.
 전혀 그렇지 않았습니다.