

에딘버러 산후우울증 검사

현재의 기분이 아니라 지난 7일 동안의
기분을 가장 잘 표현한 대답을 골라주세요

	전혀 그렇지않았다	그다지 그렇지않았다	그런 편이었다	거의 항상 그랬다
1. 우스운 것이 눈에 잘 띄고 웃을 수 있었다	3	2	1	0
2. 즐거운 기대감에 어떤 일을 손꼽아 기다렸다	3	2	1	0
3. 일이 잘못되면 필요 이상으로 자신을 탓해왔다	0	1	2	3
4. 별 이유 없이 불안해지거나 걱정이 되었다	0	1	2	3
5. 별 이유 없이 겁먹거나 공포에 휩싸였다	0	1	2	3
6. 처리할 일들이 쌓여만 있다	0	1	2	3
7. 너무나 불안한 기분이 들어 잠을 잘 못 잤다	0	1	2	3
8. 슬프거나 비참한 느낌이 들었다	0	1	2	3
9. 너무나 불행한 기분이 들어 울었다	0	1	2	3
10. 나 자신을 해치는 생각이 들었다	0	1	2	3

정상

0 ~ 8점

상담 수준 - 경계선

9 ~ 12점

심각 - 치료 필요

13점 이상

※ 주의 깊은 진찰이 필요한 경우 : 출산 후 한 달 이상 지났는데 10점 이상