

1. J'ai pu rire et prendre les choses du bon côté.

- 0 - Aussi souvent que d'habitude
- 1 - Pas tout à fait autant
- 2 - Vraiment beaucoup moins souvent ces jours-ci
- 3 - Absolument pas

2. Je me suis sentie confiante et joyeuse en pensant à l'avenir.

- 0 - Autant que d'habitude
- 1 - Plutôt moins que d'habitude
- 2 - Vraiment moins que d'habitude
- 3 - Pratiquement pas

3. Je me suis reprochée, sans raison, d'être responsable quand les choses allaient mal*.

- 3 - Oui, la plupart du temps
- 2 - Oui, parfois
- 1 - Pas très souvent
- 0 - Non, jamais

4. Je me suis sentie inquiète ou soucieuse sans motifs.

- 0 - Non, pas du tout
- 1 - Presque jamais
- 2 - Oui, parfois
- 3 - Oui, très souvent

5. Je me suis sentie effrayée ou paniquée sans vraiment de raisons*.

- 3 - Oui, vraiment souvent
- 2 - Oui, parfois
- 1 - Non, pas très souvent
- 0 - Non, pas du tout

6. J'ai eu tendance à me sentir dépassée par les événements*.

- 3 - Oui, la plupart du temps, je me suis sentie incapable de faire face aux situations
- 2 - Oui, parfois, je ne me suis pas sentie aussi capable de faire face que d'habitude
- 1 - Non, j'ai pu faire face à la plupart des situations
- 0 - Non, je me suis sentie aussi efficace que d'habitude

7. Je me suis sentie si malheureuse que j'ai eu des problèmes de sommeil*.

- 3 - Oui, la plupart du temps
- 2 - Oui, parfois
- 1 - Pas très souvent
- 0 - Non, pas du tout

8. Je me suis sentie triste ou peu heureuse*.

- 3 - Oui, la plupart du temps
- 2 - Oui, très souvent
- 1 - Pas très souvent
- 0 - Non, pas du tout

9. Je me suis sentie si malheureuse que j'en ai pleuré*.

- 3 - Oui, la plupart du temps
- 2 - Oui, très souvent
- 1 - Seulement de temps en temps
- 0 - Non, jamais

10. Il m'est arrivé de penser à me faire du mal*.

- 3 - Oui, très souvent
- 2 - Parfois
- 1 - Presque jamais
- 0 - Jamais

Risque de dépression du Post-Partum

La (future) maman remplit le questionnaire par elle-même sans influence extérieure. Le professionnel peut l'aider si elle a un problème de compréhension.

Scores

Plus le score est élevé, plus le risque de dépression est important.
Un score supérieur ou égal à 11 révèle une dépression possible.
Un score inférieur à 10 signifie qu'une dépression est très peu probable.
Se référer à l'arbre décisionnel.

Score :

Traduction française :

Guédény N, Fermanian. (1998). Validation Study of the French version of the EPDS : new results about use and psychometric properties. Eur Psychiatry, 13 : 83-9.

Version originale :

Cox J. L, Holden J. M, Sagovsky R. (1987). Detection of postnatal depression : Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. Br J of Psychiatry, 150 : 782-786