

産後ケア利用事前アンケート

産後の気分についてお尋ねします。最近のあなたの気分をチェックしてみましょう。
今日だけでなく、過去7日間にあなたが感じたことに最も近い答えに○をつけてください。

- | | |
|---|--|
| 1 笑うことができたし、物事のおもしろい面もわかった。
() いつもと同様にできた。
() あまりできなかった。
() 明らかにできなかった。
() 全くできなかった。 | 6 することがたくさんあって大変だった。
() はい、たいてい対処できなかった。
() はい、いつものようにうまく対処できなかった。
() いいえ、たいていうまく対処した。
() いいえ、普段どおりに対処できた。 |
| 2 物事を楽しみにして待つことができた。
() いつもと同様にできた。
() あまりできなかった。
() 明らかにできなかった。
() 全くできなかった。 | 7 不幸せな気分なので、眠りにくかった。
() はい、ほとんどいつもそうだった。
() はい、時々そうだった。
() いいえ、あまり時々でなかった。
() いいえ、全くなかった。 |
| 3 物事がうまくいかない時、自分を不必要に責めた。
() はい、たいていそうだった。
() はい、時々そうだった。
() いいえ、あまり時々でなかった。
() いいえ、全くなかった。 | 8 悲しくなったり、惨めになったりした。
() はい、たいていそうだった。
() はい、かなりしばしばそうだった。
() いいえ、あまり時々でなかった。
() いいえ、全くそうではなかった。 |
| 4 はっきりした理由もないのに不安になったり、心配したりした。
() いいえ、そうではなかった。
() ほとんどそうではなかった。
() はい、時々あった。
() はい、しょっちゅうあった。 | 9 不幸せな気分だったので、泣いていた。
() はい、たいていそうだった。
() はい、かなりしばしばそうだった。
() ほんの時々あった。
() いいえ、全くそうではなかった。 |
| 5 はっきりした理由もないのに恐怖に襲われた。
() はい、しょっちゅうあった。
() はい、時々あった。
() いいえ、めったになかった。
() いいえ、まったくなかった。 | 10 自分自身を傷つけるという考えが浮かんできた。
() はい、かなりしばしばそうだった。
() 時々そうだった。
() めったになかった。
() 全くなかった。 |

特に希望する項目に☑してください。

- ☐ 母の健康管理や生活面の指導
- ☐ 母の心理的ケア
- ☐ 乳児の沐浴指導、発達・発育のチェック、体重・排泄のチェック、スキンケア等の育児方法の指導
- ☐ 乳房ケアや授乳方法の指導
- ☐ 育児相談
- ☐ その他の保健指導・相談 ()

ご記入日： 年 月 日

お名前： _____

