

Dépistage sur la dépression perinatale *Regione Veneto*

Chère Madame,

Félicitations pour la naissance de votre enfant!

Si dans les prochains jours vous éprouvez de la tristesse sans justification, de l'anxiété, si vous pleurez sans motivation, vous ne devez pas vous alarmer, car tout ça peut être dû au rapide rééquilibrage hormonal qui détermine un changement de l'humeur. Cette condition est nommée *maternity blues*.

La plupart du temps ces symptômes disparaissent, mais dans quelque cas ils empirent jusqu'à un état de dépression. Dans ces cas, c'est important d'intervenir précocement et rapidement. Pour cette raison nous avons décidé de vous soumettre le questionnaire suivant : il sert à dépister les mères qui se trouvent dans une condition de fragilité majeure.

Nous vous prions donc de bien vouloir dédier quelque minute de votre temps pour répondre à ce questionnaire, qui est un outil internationalement validé pour le bénéfice des nouvelles mères. Merci pour votre engagement.

Répondez aux 10 questions suivantes de l'*échelle de dépression postnatale d'Édimbourg* relativement aux derniers 7 jours ; suivrons ensuite 14 questions du 'Questionnaire partie 2' sur votre histoire personnelle. Nous vous prions d'être sincère dans vos réponses car ce questionnaire n'est pas conçu pour vous juger ou vous évaluer mais simplement pour pouvoir vous offrir de l'aide de la part de l'hôpital ou des services sur le territoire. Il est utile à vous et à votre enfant.

Avec le remplissage de ce questionnaire, vous exprimez votre consentement à ce que vos données personnelles soient connues par des professionnels uniquement s'ils seront invités à vous fournir de l'aide et de l'assistance. Les données anonymisées et éventuellement agrégées pourront être utilisées aussi pour évaluer le réseau des soins et l'activité des maternités.

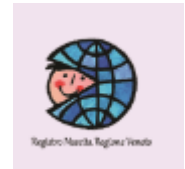
Prénom _____ Nom _____

Questionnaire partie 1 (EPDS, Échelle de dépression postnatale d'Édimbourg)

- 1) J'ai pu rire et prendre les choses du bon côté:
 - a) Aussi souvent que d'habitude
 - b) Pas tout-à-fait autant
 - c) Beaucoup moins souvent ces jours-ci
 - d) Absolument pas

- 2) Je me suis sentie confiante et joyeuse, en pensant à l'avenir
 - a) Autant que d'habitude
 - b) Plutôt moins que d'habitude
 - c) Beaucoup moins que d'habitude
 - d) Pratiquement pas

- 3) Je me suis reprochée, sans raison, d'être responsable quand les choses allaient mal
 - a) Oui, la plupart du temps
 - b) Oui, parfois
 - c) Pas très souvent
 - d) Non, jamais



- 4) Je me suis sentie inquiète ou soucieuse sans motifs
 - a) Non, pas du tout
 - b) Presque jamais
 - c) Oui, parfois
 - d) Oui, très souvent

- 5) Je me suis sentie effrayée ou paniquée sans raisons
 - a) Oui, vraiment souvent
 - b) Oui, parfois
 - c) Non, pas très souvent
 - d) Non, pas du tout

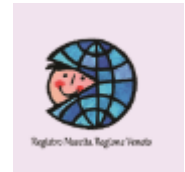
- 6) J'ai eu tendance à me sentir dépassée par les événements
 - a) Oui, la plupart du temps, je me suis sentie incapable de faire face aux situations
 - b) Oui, parfois, je ne me suis pas sentie aussi capable de faire face que d'habitude
 - c) Non, j'ai pu faire face à la plupart des situations
 - d) 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
 - a) Oui, la plupart du temps
 - b) Oui, parfois
 - c) Pas très souvent
 - d) Non, pas du tout

- 8) Je me suis sentie triste ou malheureuse
 - a) Oui, la plupart du temps
 - b) Oui, très souvent
 - c) Pas très souvent
 - d) Non, pas du tout

- 9) Je me suis sentie si malheureuse que j'en ai pleuré
 - a) Oui, la plupart du temps
 - b) Oui, très souvent
 - c) Seulement de temps en temps
 - d) Non, jamais

- 10) Il m'est arrivé de penser à me faire du mal
 - a) Oui, très souvent
 - b) Parfois
 - c) Presque jamais
 - d) Jamais



Questionnaire partie 2

- 11) As-tu déjà souffert de troubles psychologiques ou mentaux?
 - a) Non
 - b) Oui

- 12) En as-tu souffert lors de grossesses précédentes?
 - a) Non
 - b) Oui

- 13) As-tu déjà pris des médicaments pour l'anxiété, la tristesse ou pour des troubles psychologiques? Pour réussir à t'endormir, te détendre, calmer tes angoisses?
 - a) Non
 - b) Oui

- 14) As-tu déjà consommé des substances telles que le cannabis, la marijuana, l'héroïne, la cocaïne, les amphétamines?
 - a) Non
 - b) Oui

- 15) As-tu déjà trop bu jusqu'à ce que tu te sente mal?
 - a) Non
 - b) Oui

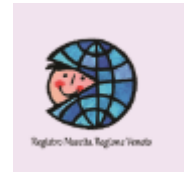
- 16) Si oui, une seule fois, ou plus fréquemment?
 - a) Une seule fois
 - b) Plus fréquemment

- 17) Pendant ou avant ta grossesse, t'es-tu déjà sentie préoccupée, anxieuse, souffrant des crises aiguës d'anxiété ou de panique, de ne pas pouvoir gérer les choses, même sans une bonne raison?
 - a) Non
 - b) Oui

- 18) Au cours de ta grossesse précédente et après l'accouchement, t'es-tu déjà sentie triste, malheureuse jusqu'à pleurer apparemment sans raison ou sans espoir pour l'avenir, pleine de culpabilité, comme si tu ne pouvais plus rien faire (pour une période supérieure à 4 jours consécutifs)?
 - a) Non
 - b) Oui

- 19) As-tu déjà vécu personnellement des épisodes de violence, même si seulement seulement psychologique?
 - a) Non
 - b) Oui

- 20) Si oui, est-ce que c'est arrivé il y a longtemps ou récemment?
 - a) Il y a longtemps
 - b) Récemment



- 21) Pendant ta grossesse, as-tu perdu quelqu'un de très important pour toi?
- a) Non
 - b) Oui
- 22) Y a-t-il eu récemment des événements graves ou exceptionnels qui t'ont beaucoup stressée?
- a) Non
 - b) Oui
- 23) À ton retour à la maison après ton congé, penses-tu qu'il pourrait y avoir des difficultés économiques, organisationnelles ou de planification dans ta vie?
- c) Non
 - d) Oui
- 24) Tu te sens seule?
- a) Non
 - b) Oui