

PARENT'S CONCERNS/प्यारेंट्स कनसर्न्स				
	Not at all	Somewhat	Much	
1 के तपाईंलाई आफ्नो बच्चाको सिकाई या बिकासका बारेमा कुनै चिन्ता छ ?	छैन	केहिमात्रामा छ	धेरै छ	
<i>Do you have any concerns about your child's learning or development?</i>	Y	Y	Y	
2 के तपाईंलाई आफ्नो बच्चाको व्यवहारका बारेमा केहि चिन्ता छ?	छैन	केहिमात्रामा छ	धेरै छ	
<i>Do you have any concerns about your child's behavior?</i>	Y	Y	Y	
FAMILY QUESTIONS/फेमिली कोइस्तन्स				
			Yes	No
1. तपाईंक बच्चासबसने कोहीले सुतीजन्य पर्द तर्कसेवन गनुतहुन्छ?			गर्छ	गर्दैन
<i>Does anyone who lives with your child smoke tobacco?</i>			Y	N
2 गत बर्ष , के तपाईंले कहिल्यै चाहेको भन्दा बडी रक्सि पिउनु भयो या लागु पदार्थको प्रयोग गर्नु भयो ?			गर्ने	गरिना
<i>In the last year, have you ever drunk alcohol or used drugs more than you meant to?</i>			Y	N
3 के तपाईंले गतबर्ष तपाईंको रक्सि या लागुपदार्थको प्रयोग घटाउन चाहनु भयो या घटाउन आवश्यक ठान्नु भयो ?			ठाँने	ठाँनिन
<i>Have you felt you wanted or needed to cut down on your drinking or drug use in the last year?</i>			Y	N
4 परिवारका सदस्यको पियाई या लागुपदार्थको प्रयोगले तपाईंको बच्चामा नराम्रो असर परेको छ ?			छ	छैन
<i>Has a family member's drinking or drug use ever had a bad effect on your child?</i>			Y	N
5 विगतको 12 महिनामा हामी प्खानेकुरा किन्नको लागि पैसा पाउनुभन्गी अगाडि नै हामी प्खानेकुरा सकिन्छ कि भनेर चिन्तित थियौं।	कहिल्यै पनि आएन	कहिलेकांही	अ, प्रायः जसो	
<i>Within the 12 past months, we worried whether our food would run out before we got money to buy more.</i>	Never True	Sometimes True	Often True	
6 समग्रमा तपाईंको जीवन साथ (रीमान / रीमती) सगको सम्बन्धलाई कसरी वर्णन गर्नु हुन्छ ?	तनावरहित	केहि तनाव	तनावपूर्ण	ममा लागु हुँदैन
<i>In general, how would you describe your relationship with your spouse/partner?</i>	No tension	Some tension	A lot of tension	Not Applicable
	Y	Y	Y	Y

<p>7 केतपाई र तपाईको जीवन सारी वविादको समाधान गर्नु हुन्छ ?</p> <p><i>Do you and your partner work out arguments with:</i></p>	<p>बिना कठिनाई</p> <p><i>No difficulty</i></p> <p>Y</p>	<p>केहि कठिनाईसहि त</p> <p><i>Some Difficulty</i></p> <p>Y</p>	<p>धेरै कठिनाईसहित</p> <p><i>Great Difficulty</i></p> <p>Y</p>	<p>ममा लागु हुँदैन</p> <p><i>Not Applicable</i></p> <p>Y</p>
<p>8 विगतको हप्ताको अवधिमा, तपाई वा परिवारका अन्य सस्यहरूले कति गिनि तपाईको बच्चालाई बुझनुभयो?</p> <p>During the past week, how many days did you or other family members read to your child?</p>	<p>0 1 2 3 4 5 6 7</p>			

Translations for Developmental Milestones prepared by the TEAM UP for Children initiative, with funding from the Smith Family Foundation.

© 2010, Tufts Medical Center, Inc. All rights reserved.

नवजात शिशुमा हुने भावनात्मक परिवर्तनहरू

(Emotional Changes with a New Baby**)

तपाईंको परिवारमा नवजात शिशु भएको हुनाले, हामीले तपाईंले अहिले कस्तो महसुस गर्नुहुन्छ जान्न चाहन्छौं। कृपया तपाईंले अहिले कस्तो अनुभव गर्नुभएको छ भन्ने मातृत्वभई पछिल्लो 7 दिनमा कस्तो अनुभव गर्नुभएको छ भन्ने कुराको निकट उत्तरमा चिह्न लगाउनुहोस्।

Since you have a new baby in your family, we would like to know how you are feeling now. Please check the answer that comes closest to how you have felt IN THE PAST 7 DAYS, not just how you feel today.

१. मैले जीवनका रमाइला अण्डहरूलाई बुझ्न र त्यसमाथि हाँस्न सकेँ 1 I have been able to laugh and see the funny side of things In the past seven days...				
0 आफूले बुझ्न र हाँस्न सकेँ As much as I always could	1 अहिले त्यति गन सकिन Not quite so much now	2 पक्कै त्यति गन सकिन Definitely not so much now	3 कहिल्यै पनि बुझ्न र हाँस्न सकिन Not at all	
२. मैले आशावादी भएर भविष्यलाई हेरेँ । 2 I have looked forward with enjoyment to things				
0 पहिले कहिल्यै पनि नहेरेँ भैं As much as I ever did	1 पहिले भन्दा अलि कम Rather less than I used to	2 पहिले भन्दा पक्कै कम Definitely less than I used to	3 कहिल्यै पनि हेरिन Hardly at all	
३. काम विग्रमा मैले आफूलाई अनावश्यक रूपले दोषी ठहर्याएँ । 3* I have blamed myself unnecessarily when things went wrong				
3 अ, धेरै जसो Yes, most of the time	2 अ, कहिलेकाही Yes, some of the time	1 कुनै बेला मात्र Not very often	0 कहिल्यै पनि दोषी ठहराइन No, never	
४. बिना कारण म चिन्तित भइरहेको छु 4 I have been anxious or worried for no good reason				
0 कहिल्यै पनि भएकाँ छैन No, not at all	1 धेरै नै कम Hardly ever	2 अ, कहिलेकाही Yes, sometimes	3 अ, प्रायः जसो Yes, very often	
५. बिना कारण म डराएँ वा अत्तिएँ 5* I have felt scared or panicky for no good reason				
3 अ, प्रायः धेरै जसो बेला Yes, quite a lot	2 अ, कहिलेकाही Yes, sometimes	1 अह, त्यति डराइन No, not much	0 अह, कहिल्यै पनि डराइन No, not at all	
६. म धेरै जसो भन्फटमा फसेको छु 6* Things have been getting on top of me				
3 अ, धेरै जसो भन्फटबाट मुक्त हुन सकिन Yes, most of the time I haven't been able to cope at all	2 अ, कहिलेकाही म भन्फटबाट मुक्त हुन सकिन Yes, sometimes I haven't been coping as well as usual	1 प्राय जसो म भन्फटबाट मुक्त हुन सकेँ No, most of the time I have coped quite well	0 हाँ, सधैं भैं म भन्फटबाट मुक्त हुन सकेँ No, I have been coping as well as ever	
७. म यति दुःखी छु कि मलाई निद्रा लाग्दैन 7* I have been so unhappy that I have had difficulty sleeping				
3 अ, धेरै जसो Yes, most of the time	2 अ, कहिलेकाही Yes, sometimes	1 कुनै बेला मात्र Not very often	0 कहिल्यै पनि लाग्दैन No, I not at all	
८. मलाई विरक्त लागेको छु 8* I have felt sad or miserable				
3 अ, धेरै जसो बेला Yes, most of the time	2 अ, प्रायः जसो Yes, quite often	1 कहिलकाही मात्र Not very often	0 कहिल्यै पनि लागेको छैन No, not at all	
९. म यति दुःखी छु कि जस कारण सधैं रोइरहेको छु 9* I have been so unhappy that I have been crying				
3 अ, धेरै जसो Yes, most of the time	2 अ, प्रायः जसो Yes, quite often	1 कहिलेकाही मात्र Only occasionally	0 होइन, कहिल्यै पनि रोएको छैन No, never	
१०. आफूलाई नोक्सान पार्ने विचार मनमा आएको छ । 10* The thought of harming myself has occurred to me				
3 अ, प्रायः जसो Yes, quite often	2 कहिलेकाही Sometimes	1 कुनै बेला मात्र Hardly ever	0 कहिल्यै पनि आएन Never	

**© 1987 The Royal College of Psychiatrists. Cox, J.L., Holden, J.M., & Sagovsky, R. (1987). Detection of postnatal depression. Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. British Journal of Psychiatry, 150, 782-786. Written permission must be obtained from the Royal College of Psychiatrists for copying and distribution to others or for republication (in print, online or by any other medium)