



مشروع البحوث الوطنية في تخدير التوليد بنظام الرصد السريع - SONAR
(Snapshot Obstetric National Anaesthetic Research)

مستقبل عامل إطلاق الكورتيكوتروبين 2 للولادة القيصرية بعد العملية الجراحية - اليوم الأول بعد الولادة. تملأ خلال 24 +/- 6 ساعات بعد الولادة القيصرية. يمكنك ملء هذا مع المريض أو اطلب منه ملء الأجزاء 3 - بنفسه واستلامها منه بعد ذلك.

نص مكتوب للباحثين

أنا دكتور/قابلة/ممرضة أبحاث (أذكر الاسم) (إذا كنت قد التقيت به في وقت سابق من أجل عملية الموافقة، فيرجى إعادة تقديم نفسك. لقد وافقت على أن تكون جزءاً من هذه الدراسة وسيستغرق إكمالها حوالي 10 دقائق.

إذا وافق المريض، فتفضل بالإجابة عن الأسئلة التالية: إذا لم يتمكن المريض من التحدث في هذا الوقت، يرجى ترتيب موعد مناسب للطرفين لإجراء المقابلة، لكن يجب أن يكون ذلك في الإطار الزمني المحدد لجمع البيانات للمريض. (24 ساعة بعد الولادة +/- 6 ساعات)

الجزء 1 - الخصائص الديموغرافية/تفاصيل الدراسة

1.1 معرف الدراسة: (رمز المركز + المعرف)				
2-1 الانتماء العرقي				
أبيض	مجموعات عرقية متعددة أو مختلطة	آسيوي أو ويلزي آسيوي أو بريطاني آسيوي	أسود، أسود بريطاني، كاريبي أو أفريقي	غير ذلك
☐ إنجليزي، ويلزي، اسكتلندي، شمال أيرلندي، بريطاني ☐ أيرلندي ☐ المسافر غجري أو أيرلندي ☐ روما ☐ غير ذلك	☐ أبيض وأسود كاريبي ☐ أبيض وأسود أفريقي ☐ أبيض وآسيوي ☐ غير ذلك	☐ هندي ☐ باكستاني ☐ بنجلاديشي ☐ صيني ☐ غير ذلك	☐ إفريقي ☐ كاريبي ☐ غير ذلك	☐ عربي ☐ مجموعة عرقية أخرى أي مجموعة عرقية أخرى يرجى وصفها

3-1 التعليم: ما أعلى مستوى حصلت عليه من التعليم؟

☐ لا توجد مؤهلات ☐ مؤهلات المستوى 1 ومستوى المبتدئين: 1 إلى 4 من شهادات الثانوية العامة بتقدير A* إلى C، أو أي شهادات ثانوية عامة بتقديرات أخرى، أو مستويات O أو شهادات الثانوية العامة (أي تقديرات)، أو مستوى AS، أو مستوى 1 NVQ، أو المستوى التأسيسي، أو المهارات الأساسية أو المهارات الأساسية ☐ مؤهلات المستوى 2: 5 أو أكثر من شهادات الشهادة العامة للتعليم الثانوي (من A* إلى C أو من 9 إلى 4)، أو مستويات O (نجاح)، أو شهادات CSE (الدرجة 1)، أو شهادة مدرسية، أو مستوى A، أو من 2 إلى 3 مستويات AS، أو شهادة التعليم المهني المتقدم، أو دبلوم متوسط أو عال، أو دبلوم البكالوريا الويلزية المتوسطة، أو المستوى 2 من شهادة البكالوريا الويلزية، أو المستوى 2 من شهادة NVQ، أو المستوى 2 من شهادة GNVQ المتوسطة، أو شهادة City & Guilds Craft، أو دبلوم BTEC First العام، أو دبلوم RSA ☐ تدريب مهني ☐ مؤهلات المستوى 3: 2 أو أكثر من المستويات A أو شهادة التعليم الفيتكتورية (VCE)، أو 4 أو أكثر من مستويات AS، أو شهادة المدرسة العليا، أو شهادة الثانوية العامة، أو دبلوم التقدم أو الدبلوم المتقدم، أو دبلوم البكالوريا الويلزية المتقدم، أو المستوى 3 من شهادة البكالوريا الوطنية المتقدمة، أو شهادة GNVQ المتقدمة، أو شهادة City & Guilds Advanced Craft، أو شهادة ONC، أو شهادة البكالوريا الوطنية المتقدمة BTEC، أو شهادة RSA المتقدمة ☐ مؤهلات المستوى 4 أو أعلى: درجة البكالوريوس، درجة أعلى (ماجستير، دكتوراه، شهادة الدراسات العليا في التعليم (PGCE)، المستوى 4 إلى 5، شهادة البكالوريوس في التعليم الثانوي (HND، HNC)، دبلوم RSA العالي، المستوى العالي من BTEC، المؤهلات المهنية (على سبيل المثال: التدريس، التمريض، المحاسبة) ☐ غير ذلك: مؤهلات مهنية أو متعلقة بالعمل، مؤهلات أخرى تم الحصول عليها في إنجلترا أو ويلز، مؤهلات تم الحصول عليها خارج إنجلترا أو ويلز (ما يعادلها غير مذكور أو غير معروف)

4-1 حالة التوظيف:

☐ موظف ☐ أعمل لحسابي الخاص ولديّ موظفين ☐ أعمل لحسابي الخاص وليس لديّ موظفين ☐ عاطل عن العمل، أبحث عن عمل أو أنتظر البدء في العمل ☐ طالب ☐ اعتني بالمنزل أو العائلة ☐ مريض لفترة طويلة أو معاق

هل تعمل بدوام كامل أم جزئي؟

☐ دوام كامل ☐ دوام جزئي ☐ غير منطبق
--

5-1 الصحة: كيف تصف حالتك الصحية بشكل عام؟



☐ جيدة جداً ☐ جيدة ☐ مقبولة ☐ سيئة ☐ سيئة جداً
1.6 حالة السكن: كيف تصف حالة سكنك الحالية؟ ☐ تمتلك بيتك بالكامل ☐ تمتلك بمساعدة رهن عقاري أو قرض ☐ تدفع جزءاً من الإيجار وجزءاً من الرهن العقاري (ملكية مشتركة) ☐ تستأجر سكنك ☐ تعيش فيه بدون إيجار (يشمل الاستئجار مجاناً في عقار أحد الأقارب أو الأصدقاء (باستثناء السكن في مكان غير مستأجر) ☐ أفضل عدم الإجابة
7-1 الإعاقة: هل تصف نفسك بأنك معاق؟ ☐ نعم ☐ لا

الجزء 2 – الألم أثناء العملية الجراحية											
1-1-2 هل شعرت بالألم أثناء عملية ولادة طفلك؟ ☐ نعم ☐ لا											
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	2-1-2 إذا كانت الإجابة بنعم، عندما كان ألمك في أسوأ حالاته، فما مدى شدته؟ 0 = لا يوجد ألم، 10 = أشد ألم يمكن تصوره 3-1-2 من بين هذه الخيارات، متى حدث ألمك: ☐ في بداية الجراحة مباشرة/ الشق الجراحي الأول ☐ قبل ولادة طفلك ☐ أثناء ولادة طفلك ☐ بعد ولادة طفلك إذا كان ذلك بعد ولادة طفلك، فأوضح أكثر: ☐ بعد وقت قصير من ولادة طفلك ☐ قرب نهاية الجراحة ☐ غير متأكد

4-1-2 يرجى وضع دائرة حول أي رقم يتوافق مع الموضع الذي شعرت فيه بالألم في الجسم

الجزء 3 – معدلات الألم بعد الولادة										
1-3 ما هي شدة الألم الذي شعرت به خلال الـ 24 ساعة الماضية (+/- 6 ساعات) (درجة التقييم اللفظي من 0 - 10) 0 = لا يوجد ألم، 10 = أشد ألم يمكن تصوره أثناء الراحة										
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0

عند الحركة

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

2-3 كيف تقيمين حالتكِ الصحية العامة خلال الـ 24 ساعة الماضية؟

أفضل حالة صحية يمكن تخيلها 😊

أسوأ حالة صحية يمكن تخيلها 😞

يرجى وضع علامة (x) على المقياس أعلاه لتحديد شعورك خلال الـ 24 ساعة الماضية

يكمله الباحث:

درجة مقياس النظير البصري للصحة العالمية 100/

الجزء 4 - مقياس رضا الأمهات									
جزء التالي، يُطلب منك التفكير في تجربتك في غرفة العمليات، وليس ما تشعرين به الآن									
الرقم							المخدر		
الاستجابة							الرقم		
أختلف بشدة							اتفق بشدة		
1	2	3	4	5	6	7	لم أشعر بالألم في غرفة العمليات		
2	3	4	5	6	7	7	شعرت أن المخدر الذي أخذته كان آمنًا بالنسبة لي		
3	4	5	6	7	7	7	شعرت أن المخدر الذي أخذته كان آمنًا لطفلي.		
4	5	6	7	7	7	7	لم أشعر بأي ألم عندما وضعت الإبرة في ظهري.		
إدخال الإبرة في الظهر:									
5	6	7	7	7	7	7	تم إدخال الإبرة بسهولة في ظهري.		
6	7	7	7	7	7	7	كنت في وضع مريح عندما تم إدخال الإبرة في ظهري.		
التأثيرات الجانبية:									
في غرفة العمليات لم أتعرض لما يلي:									
7	8	9	10	11	12	13	قشعريرة		
8	9	10	11	12	13	14	جفاف الشفتين/الفم		
9	10	11	12	13	14	15	جفاف الحلق		
10	11	12	13	14	15	16	تغير في المزاج		
بعد مرور 24 ساعة (+/- 6 ساعات) بعد الولادة، لم أعاني من:									
11	12	13	14	15	16	17	مشاكل في الظهر		
12	13	14	15	16	17	18	حكة		
الأجواء:									
في غرفة العمليات، أثناء الجراحة، تمكنت من:									
13	14	15	16	17	18	19	التفاعل مع زوجي		
14	15	16	17	18	19	20	الارتباط بالطفل		
15	16	17	18	19	20	21	الشعور بالسيطرة.		
16	17	18	19	20	21	22	التواصل مع طاقم التمريض		
17	18	19	20	21	22	23	رؤية الطفل بعد الولادة		
18	19	20	21	22	23	24	حمل الطفل بعد الولادة		
19	20	21	22	23	24	25	كنت أعرف ما كان يفعله الأطباء ومساعدوهم أثناء العملية/الولادة		
20	21	22	23	24	25	26	شعرت بالارتياح في غرفة العمليات.		
21	22	23	24	25	26	27	تمكنت من إرضاع طفلي بعد الولادة.		
22	23	24	25	26	27	28	تعافيت بسرعة بعد الولادة القيصرية.		



يكمله الباحث: درجة رضا الأم / 154									

الجزء 5 - راحة الأم								
في الجزء التالي، يُطلب منك التعبير عن تجربتك في غرفة العمليات، وليس ما تشعرين به الآن								
الرقم	الاستجابة	أختلف بشدة						
		أُتفق بشدة						
1	حظيت بتجربة ولادة إيجابية في غرفة العمليات	1	2	3	4	5	6	7
2	تمكنت من فهم كل ما قاله لي طبيب التخدير أثناء الجراحة	1	2	3	4	5	6	7
3	تلقيت الدعم الكافي من طاقم الأطباء في غرفة العمليات	1	2	3	4	5	6	7
4	لم أشعر بأي ألم أثناء ولادتي القيصرية في غرفة العمليات	1	2	3	4	5	6	7
5	حصلت على ما يكفي من مسكنات الألم أثناء الولادة القيصرية في غرفة العمليات	1	2	3	4	5	6	7

الجزء 6 - تقييم القلق. فكري في الوقت الفاصل بين قرار إجراء العملية القيصرية والعملية نفسها.

سأعطي قلقي قبل الولادة القيصرية درجة:

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0

الجزء 7 - تقييم التواصل/التعليقات			
إذا كنتِ تعانين من الألم، فكيف ستقيمين التواصل مع خيارات تخفيف الألم أثناء الجراحة؟			
مقياس الإبلاغ العددي حيث: 0 = أسوأ تواصل يمكن تخيله 100 = أفضل تواصل ممكن			
	لا	نعم	
هل أخبرت طبيب التخدير أنكِ شعرتِ بالألم في غرفة العمليات؟			
هل عرض عليكِ المزيد من مسكنات الألم في غرفة العمليات؟			

هل هناك أي شيء آخر تودين أن يعرفه فريق البحث؟ لا تترددي في إضافة أي مخاوف أو نصوص إضافية هنا:

مشروع البحوث الوطنية في تخدير التوليد بنظام الرصد السريع - SONAR

مستقبل عامل إطلاق الكورتيكوتروبين 3 للولادة القيصرية بعد العملية الجراحية - النتائج على المدى المتوسط.
تم إكمال 6 أسابيع +/- 3 أيام بعد الولادة القيصرية عبر مكالمات هاتفية مع المريضة. نشكرك على وقتك وجهدك.

نص مكتوب للباحثين

أنا دكتور/قابلية/ممرضة أبحاث (أذكر الاسم) (إذا كنت قد التقيت به في وقت سابق من أجل عملية الموافقة، فيرجى إعادة تقديم نفسك).

لقد وافقت على أن تكون جزءًا من هذه الدراسة وسيستغرق إكمالها حوالي 10-15 دقائق. إذا وافق المريض، فتفضل بالإجابة عن الأسئلة التالية: إذا لم يتمكن المريض من التحدث في هذا الوقت، يرجى ترتيب موعد مناسب للطرفين لإجراء المقابلة، لكن يجب أن يكون ذلك في الإطار الزمني المحدد لجمع البيانات للمريض. (6 أسابيع بعد الولادة +/- 3 أيام)

الجزء 1 - تفاصيل الدراسة

معرف الدراسة

التاريخ والوقت لإكمال مستقبل عامل إطلاق الكورتيكوتروبين 3
(يوم/شهر/سنة) (ساعة: دقيقة)

الجزء 2 - ألم ما بعد الولادة

ما هي شدة الألم التي شعرتي بها خلال الـ 24 ساعة الماضية (بعد مرور 6 أسابيع من الولادة +/- 3 أيام)؟
0 = لا يوجد ألم، 10 = أشد ألم يمكن تصوره

أثناء الراحة	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
عند الحركة	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

الجزء 3 - مقياس أذبيرة لاكتئاب ما بعد الولادة (EPDS)

ملاحظات للباحثين:

اكتئاب ما بعد الولادة هو أكثر مضاعفات الإنجاب شيوعًا. يعد مقياس أذبيرة لاكتئاب ما بعد الولادة (EPDS) المكون من 10 أسئلة وسيلة قيمة وفعالة لتحديد المرضى المعرضين لخطر الإصابة باكتئاب "في الفترة التي تسبق الولادة وبعدها".
يجب ألا تفوق درجة مقياس EPDS التقييم السريري.

إذا توصل الباحثون إلى نتيجة أكثر من 11 درجة، أو أجابوا بأي شيء آخر غير "مطلقًا"؛ على السؤال 10:
يرجى تشجيع مريضك على تحديد موعد مع الممارس العام لمناقشة هذا الأمر باستفاضة. يرجى إبلاغ مريضك بأننا سنرسل له خطابًا يضم مزيدًا من المصادر مع خطاب من الممارس العام له لإبلاغه بالنتيجة.
تعليمات استخدام مقياس أذبيرة لاكتئاب ما بعد الولادة:

1. يُطلب من الأم إعطاء الإجابة الأقرب إلى ما كانت تشعر به في الأسبوع الماضي؛
2. يجب إكمال جميع العناصر؛
3. يجب توخي الحذر لتجنب إمكانية مناقشة الأم المجيبة لإجابتها مع غيرها من المجيبات. يجب أن تصدر الإجابات من المشاركين أنفسهم، ما لم تكن لغتهم الإنجليزية ضعيفة أو لديهم صعوبة في الفهم.

ليس شرطًا أن تشعر المصابات باكتئاب ما بعد الولادة بالوحدة. قد يجدون معلومات مفيدة على مواقع الويب الخاصة بمشورة ودعم الاكتئاب قبل الولادة وبعدها (PANDAS) ومن مجموعات مثل موقع تحالف الصحة النفسية للأمهات على الإنترنت و <https://www.birthtraumaassociation.org.uk>

يُمنح كل سؤال درجة من 0-3. الإجابة "أ" هي 0 والإجابة "د" هي 3. الحد الأقصى للدرجات هو 30.

نص مكتوب للباحث

بما أنك قد أنجبت طفلًا مؤخرًا في آخر 6 أسابيع تقريبًا، نود أن نعرف كيف تشعرين. أرجو أن تقاطعيني إذا لم تفهمي شيئًا ما أو إذا كانت الأمور غير واضحة بالنسبة لك. لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة. يرجى تحديد الإجابة الأقرب إلى ما شعرت به في الأيام السبعة الماضية، وليس فقط ما شعرت به منذ الولادة القيصرية، أو ما تشعرين به اليوم. أولاً: سافراً عليك عشرة أسئلة. كل سؤال له اختيار من أربع إجابات. لا تختار أكثر من إجابة واحدة.

ملاحظة للمحاور: اقرأ أولاً جميع الخيارات الأربعة لكل سؤال. ثم اطلب من المشارك أن يختار الاختيار الذي ينطبق عليه. كرر السؤال والخيارات إذا لزم الأمر. ضع علامة في المربع المناسب تحت كل عنوان. قد تحتاج إلى تذكير المجيب باستمرار بأن الإطار الزمني هو الأيام السبعة الماضية

1	في الأيام السبعة الماضية: لقد تمكنت من الضحك ورؤية الجانب المضحك من الأشياء	أ. بقدر ما أستطيع دائماً ب. ليس تماماً على هذا النحو الآن. ج. بالتأكيد ليس كثيراً الآن د. لا، إطلاقاً
2	كنت أطلع باستمتاع على أشياء	أ. بقدر ما فعلت في أي وقت مضى ب. إلى حد أقل مما اعتدت عليه

ج. بالتأكيد أقل مما اعتدت عليه د. كلا ، قليل جدا		
أ. نعم، أغلب الأوقات ب. نعم، بعض الأوقات ج. ليس كثيراً د. لا، أبداً	3	كنت ألوم نفسي دون داعٍ عندما تسوء الأمور
أ. لا، مطلقاً ب. نادراً ج. نعم، أحياناً د. نعم، في معظم الأحيان	4	كنت قلقة أو متوترة دون وجود سبب
أ. نعم، كثيراً جداً ب. نعم، أحياناً ج. لا، ليس كثيراً . د. لا، مطلقاً	5	شعرت بالخوف أو الذعر دون سبب وجيه
أ. نعم، لم أكن قادراً على التأقلم على الإطلاق ب. نعم، أحياناً لم أكن أتأقلم بشكل جيد كالعادة ج. لا، لقد تأقلمت في أغلب الأوقات بشكل جيد د. لا، لقد تأقلمت أفضل من أي وقت مضى	6	كانت المشاكل تنهكني
أ. نعم، أغلب الأوقات ب. نعم، أحياناً ج. ليس كثيراً د. لا، مطلقاً	7	كنت حزيناً للغاية لدرجة أنني واجهت صعوبة في النوم
أ. نعم، أغلب الأوقات ب. نعم، كثيراً ج. ليس كثيراً د. لا، مطلقاً	8	شعرت بالحزن أو اليأس
أ. نعم، أغلب الأوقات ب. نعم، كثيراً ج. فقط أحياناً د. لا، أبداً	9	لقد كنت حزيناً جداً لدرجة أنني كنت أبكي
أ. نعم، كثيراً ب. أحياناً ج. نادراً د. أبداً	10	راودتني فكرة إيذاء نفسي
يكمل الباحث الدرجة على مقياس أدنبره للاكتئاب بعد الولادة / 30		

الجزء 4 – استبيان اضطراب القلق العام المكون من 7 عناصر (GAD7)

ملاحظات للباحثين:

استبيان GAD-7 هو أداة صالحة وفعالة لفحص اضطراب القلق العام. من المحتمل أن يكون المرضى الذين يحصلون على درجة أعلى من 15 درجة يعانون من اضطراب قلق شديد. يجب ألا تفوق درجة استبيان GAD7 التقييم السريري.

إذا اكتشف الباحثون درجة تزيد عن 15:

يرجى تشجيع مريضك على تحديد موعد مع الممارس العام لمناقشة هذا الأمر باستفاضة. يرجى إبلاغ مريضك بأننا سنرسل له خطاباً يضم مزيداً من المصادر مع خطاب من الممارس العام له لإبلاغه بالنتيجة.

تعليمات استخدام استبيان اضطراب القلق العام المكون من 7 عناصر (GAD-7):

يُطلب من المريض إعطاء الإجابة الأقرب إلى ما كان يشعر به في الأسبوعين الماضيين

احتساب درجات شدة القلق على استبيان GAD-7

يتم حساب ذلك من خلال تخصيص درجات 0 و 1 و 2 و 3 لفئات الإجابة، على التوالي، وهي "لا على الإطلاق" و "عدة أيام" و "أكثر من نصف الأيام" و "كل يوم تقريباً". تتراوح الدرجة الإجمالية لاستبيان GAD-7 للعناصر السبعة من 0 إلى 21.

4-0 = أقل قدر من القلق، 5-9 = قلق خفيف؛ 10-14 = قلق متوسط؛ 15-21 = قلق شديد

نص مكتوب للباحثين:

بعد ذلك، ساقراً عليك سبعة أسئلة. كل سؤال له اختيار من أربع إجابات. لا تختار أكثر من إجابة واحدة. يمكنني تكرار السؤال وإخباري إذا كان هناك أي شيء غير واضح. لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة. يرجى تحديد الإجابة الأقرب إلى ما شعرت به في الأسبوعين الماضيين، وليس فقط ما شعرت به منذ الولادة القيصرية، أو ما تشعرين به اليوم.

(ملاحظة للمحاور: اقرأ أولاً جميع الخيارات الأربعة لكل سؤال. ثم اطلب من المشارك أن يختار الاختيار الذي ينطبق عليه. كرر السؤال والخيارات إذا لزم الأمر. ضع علامة في المربع المناسب تحت كل عنوان. قد تحتاج إلى تذكير المجيب بانتظام بأن الإطار الزمني هو الأسبوعان الماضيان)

خلال الأسبوعين الماضيين، كم مرة كنت تنزعج بأي من المشكلات التالية؟	لا، إطلاقاً	عدة أيام	أكثر من نصف الأيام	تقريباً كل يوم
1) الشعور بالتوتر أو القلق أو العصبية	0	1	2	3
2) عدم القدرة على إيقاف أو التحكم في القلق	0	1	2	3
3) القلق الشديد بسبب أشياء مختلفة	0	1	2	3
4) صعوبة الاسترخاء	0	1	2	3
5) أن تكون مضطرباً جداً بحيث يصعب عليك الجلوس بهدوء	0	1	2	3
6) سرعة الانفعال والازعاج بسهولة	0	1	2	3
7) الشعور بالخوف كما لو أن شيئاً مروغاً قد يحدث	0	1	2	3

يكمله الباحث: درجة استبيان اضطراب القلق العام المكون من 7 عناصر (GAD-7) ____/21

الجزء 4 قائمة مراجعة استبيان اضطراب ما بعد الصدمة (PCL-5)

ملاحظات للباحثين:

PCL-5 هي أداة معتمدة لفحص اضطراب ما بعد الصدمة. من المحتمل أن تكون الأمهات اللاتي يحصلن على درجة أعلى من 30 درجة يعانون من اضطراب قلق شديد. يجب ألا تفوق درجة استبيان PCL التقييم السريري.

إذا اكتشف الباحثون درجة تزيد عن 30:

يرجى تشجيع مريضك على تحديد موعد مع الممارس العام لمناقشة هذا الأمر باستفاضة. يرجى إبلاغ مريضك بأننا سنرسل له خطاباً يضم مزيداً من المصادر مع خطاب من الممارس العام له لإبلاغه بالنتيجة.

تعليمات استخدام استبيان اضطراب ما بعد الصدمة (PCL-5): يُطلب من المريض إعطاء الإجابة الأقرب إلى ما كان يشعر به في الشهر الماضي

نص مكتوب للباحثين:

فيما يلي قائمة بعشرين مشكلة يواجهها الأشخاص في بعض الأحيان استجابة للتجارب المرهقة جداً. لأغراض هذا الاستبيان تتعلق التجربة المرهقة بتجاربك في غرفة العمليات أثناء الولادة. كل سؤال له اختيار من خمس إجابات. لا تختار أكثر من إجابة واحدة. يمكنني التكرار وإخباري إذا كان هناك أي شيء غير واضح. لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة. يرجى تحديد الإجابة الأقرب إلى ما شعرت به في الشهر الماضي، وليس فقط ما شعرت به منذ الولادة القيصرية، أو ما تشعرين به اليوم.

(ملاحظة للمحاور: اقرأ أولاً جميع الخيارات الخمسة لكل سؤال. ثم اطلب من المشارك أن يختار الاختيار الذي ينطبق عليه. كرر السؤال والخيارات إذا لزم الأمر. ضع علامة في المربع المناسب تحت كل عنوان. قد تحتاج إلى تذكير المجيب بانتظام بأن الإطار الزمني هو الشهر الماضي)

س:	الاستجابة	لا، إطلاقاً	قليلاً	بشكل متوسط	كثيراً نوعاً ما	كثيراً للغاية
1	الذكريات المتكررة، والمزعجة وغير المرغوبة للتجربة المرهقة	0	1	2	3	4
2	الأحلام المتكررة والمزعجة للتجربة المرهقة	0	1	2	3	4
3	الشعور المفاجئ أو التصرف المفاجئ وكأن التجربة المرهقة كانت تحدث مرة أخرى في الواقع (وكانك في الواقع تعود إليها مرة أخرى لتخفيفها)	0	1	2	3	4
4	الشعور بالضيق الشديد عندما كان أي شيء يذكرك بالتجربة المرهقة	0	1	2	3	4
5	المعاناة من ردود أفعال جسدية قوية عندما يذكرك شيء ما بالتجربة المرهقة (على سبيل المثال نبضات القلب، مشكلات في التنفس، التعرق)	0	1	2	3	4
6	تجنب الذكريات، والأفكار أو المشاعر المرتبطة بالتجربة المرهقة	0	1	2	3	4
7	تجنب المثيرات الخارجية التي تذكرك بالتجربة المرهقة (على سبيل المثال، الأشخاص، الأماكن، الحوارات، الأنشطة، الأشياء، أو المواقف)	0	1	2	3	4

4	3	2	1	0	8 الشعور بالتعب عند تذكر أجزاء مهمة من التجربة المرهقة
4	3	2	1	0	9 حمل قناعات سلبية قوية عن نفسك أو عن الآخرين أو عن العالم (على سبيل المثال: التفكير في أشياء مثل أنا سيئة، هناك خطب ما بي بشكل خطير، لا يمكن الوثوق بأحد، العالم خطير تماماً)
4	3	2	1	0	10 لوم نفسك أو لوم شخص آخر على التجربة المرهقة أو ما حدث بعدها
4	3	2	1	0	11 المعاناة من مشاعر سلبية قوية مثل الخوف، الرعب، الغضب، الذنب، أو العار
4	3	2	1	0	12 فقدان الاهتمام بالأنشطة التي اعتدت على الاستمتاع بها
4	3	2	1	0	13 الشعور بالبعد أو الانعزال عن الأشخاص الآخرين
4	3	2	1	0	14 متاعب عند الشعور بمشاعر إيجابية (على سبيل المثال، عدم القدرة على الشعور بالسعادة أو الشعور بمشاعر حب للأشخاص القريبين منك)
4	3	2	1	0	15 الشعور بسلوك عصبي، أو نوبات غضب، أو تصرفين بعدوانية
4	3	2	1	0	16 التعرض لكثير من المخاطر أو فعل أشياء قد تسبب لك ضرراً
4	3	2	1	0	17 الشعور "بتنبه مضاعف" أو الحذر أو البقاء على أهبة الاستعداد
4	3	2	1	0	18 الشعور بالاضطراب أو الفزع بسهولة
4	3	2	1	0	19 الشعور بصعوبة في التركيز
4	3	2	1	0	20 الشعور بمتاعب في محاولة النوم أو البقاء نائماً
يكملة الباحث: درجة PCL-5 80/					