

कृपया आजची
तारीख लिहा:

दिवस महिना वर्ष

सहभागीदाराचा ओळखक्रमांक :

कृपया हे काळजीपूर्वक वाचा

पुढील पानांवर तुम्हाला काही विधाने मिळतील जे ज्यांना युरिनरी इनकंटेनेन्स आहे त्यांच्याकडून केले गेले आहे (तुम्हाला नको असताना मूत्र गळणे).

कृपया आता तुम्हाला उत्तम लागू होणारी प्रतिक्रिया निवडा आणि तुमचे उत्तर दाखवणाऱ्या अंकावर वर्तुळ करा.

जर तुम्हाला प्रश्नाचे उत्तर कसे द्यावे ह्याची खात्री नसेल तर कृपया तुम्ही देऊ शकाल असे एक उत्तम उत्तर द्या. इथे बरोबर किंवा चुकिचे उत्तर नाही आहेत.

तुमचे उत्तर सख्खपणे गुप्त ठेवले जाईल.

तुमचे काही प्रश्न असतील तर, कृपया संपर्क करा:

तुमच्या भावना

(कृपया तुमचे उत्तर दाखवणाऱ्या अंकावर वर्तुळ करा)

1. मला वेळेवर शौचालयात न पोहोचण्याची काळजी होत आहे.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

2. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटेनेन्समुळे मला खोकण्याची किंवा शींकण्याची काळजी होत आहे.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

3. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटेनेन्समुळे मला खाली बसल्यानंतर उठण्याची काळजी घ्यावी लागते.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

4. मला नविन जागेमध्ये शौचालय कुठे असतील ह्याची काळजी वाटते.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

5. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटेनेन्समुळे मला निराश झाल्यासारखे वाटते.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

(कृपया तुमचे उत्तर दाखवणाऱ्या अंकावर वर्तुळ करा)

6. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटिनेन्समुळे मी मुक्त मनाने खुप वेळ घराबाहेर राहु शकत नाही.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

7. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटिनेन्समुळे मला जे हवे ते करण्यास बन्धन आल्यामुळे मी खुप वैतागतो.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

8. माझ्या वरुन इतरांना लघवीचा वास येण्याची काळजी वाटते.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

9. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटिनेन्सचा विचार सतत माझ्या मनात असतो.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

10. वारंवार शौचालयात जाणे माझ्यासाठी महत्वाचे आहे.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

(कृपया तुमचे उत्तर दाखवणाऱ्या अंकावर वर्तुळ करा)

11. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटीनेन्समुळे, मला सर्व गोष्टिन्वे सखोल पुर्वनियोजन करणे महत्वाचे आहे.
- 1 अतिशय
 - 2 फारच
 - 3 मध्यम
 - 4 थोड्याफार
 - 5 मुळीच नाही
12. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटीनेन्स माझ्या वाढत्या वयाबरोबर अधिक वाईट होण्याची काळजी वाटते.
- 1 अतिशय
 - 2 फारच
 - 3 मध्यम
 - 4 थोड्याफार
 - 5 मुळीच नाही
13. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटीनेन्समुळे मला रात्री चांगली झोप घेणे कठीण झाले आहे.
- 1 अतिशय
 - 2 फारच
 - 3 मध्यम
 - 4 थोड्याफार
 - 5 मुळीच नाही
14. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटीनेन्समुळे मला लज्जित किंवा अपमानित होण्याची काळजी वाटते.
- 1 अतिशय
 - 2 फारच
 - 3 मध्यम
 - 4 थोड्याफार
 - 5 मुळीच नाही
15. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटीनेन्समुळे मी एक स्वास्थ्य चांगले नसलेली व्यक्ति आहे असे वाटते.
- 1 अतिशय
 - 2 फारच
 - 3 मध्यम
 - 4 थोड्याफार
 - 5 मुळीच नाही

(कृपया तुमचे उत्तर दाखवणाऱ्या अंकावर वर्तुळ करा)

16. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटिनेन्सने मला असहाय केले आहे असे वाटते.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

17. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटिनेन्समुळे मला जीवनाचा कमी आनंद मिळतो.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

18. मला ओले होण्याची काळजी वाटते.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

19. माझ्या मूत्रपिशवीवर माझे नियंत्रण नाही असे वाटते.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

20. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटिनेन्समुळे मला काय किंवा केवढे प्यावे ह्याचे मला लक्ष ठेवावे लागते.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

(कृपया तुमचे उत्तर दाखवणाऱ्या अंकावर वर्तुळ करा)

21. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटेनेन्समुळे माझ्या कपड्यांची निवड सीमित झाली आहे.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

22. माझ्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटेनेन्समुळे मला संभोग करण्याबाबत काळजी वाटते.

- 1 अतिशय
- 2 फारच
- 3 मध्यम
- 4 थोड्याफार
- 5 मुळीच नाही

तुमच्या बाबत

A-1 तुम्हाला लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटेनेन्स किती काळापासून झाले आहे? (कृपया खाली अंक लिहा)

वर्ष

महिने

A-2 तुमच्या लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटेनेन्सच्या उपचारासाठी गेल्या वर्षी किती वेळा चिकित्सकाची भेट घेतली आहे? (कृपया दिलेल्या ओळीवर अंक लिहा)

गेल्या वर्षी _____ वेळा भेट घेतली

A-3 तुम्ही लघवीच्या संबंधी तक्रारी किंवा इनकंटेनेन्स तीव्र होण्याचे वर्णन कसे कराल? (कृपया तुमचे उत्तर दाखवणाऱ्या अंकावर वर्तुळ करा)

1 सौम्य

2 मध्यम

3 तीव्र

A-4 तुम्ही खोकल्यावर, शिन्कल्यावर, पळल्यावर, चालल्यावर, उडी मारल्यावर किंवा काही काही इतर विशेष कार्ये करण्यावर लघवी गळते का?

0 नाही

1 होय

A-5 शौचालयापर्यंत पोहोचण्यापूर्वी तुमचे मूत्रपिशवीचे नियंत्रण सुटते का?

0 नाही

1 होय

A-6 काही विशेष कार्ये न करताना किंवा शौचालयाला जाण्याची गरज नसताना लघवी गळते का?

0 नाही

1 होय

A-7 मागच्या महीन्यामध्ये, किती वेळा तुम्हाला गरज नसताना तुमची लघवी गळली होती, थोड्या प्रमाणात का असो? (कृपया दिलेल्या ओळीवर अंक लिहा)

मागील महीन्यात _____ वेळा

A-8 मागच्या महीन्यामध्ये, किती वेळा तुम्हाला गरज नसताना तुमची लघवी गळली होती, थोड्या प्रमाणात का असो?

0 गेल्या महिन्यात कधीच नाही

1 गेल्या महिन्यात एक ते दोन वेळा

2 चार वेळा (आठवड्यातून साधारण एक वेळा)

3 दर आठवड्यात दोन ते तीन वेळा

4 एक दिवसात साधारण एक वेळा

5 एक दिवसात एक किंवा दोन वेळा

6 एक दिवसात तीन किंवा चार वेळा

7 एक दिवसात पाच किंवा पाचहून जास्त वेळा