

कृपया आज की
तारीख लिखें:

दिन महीना वर्ष

भागी की आई.डी:

कृपया इसे ध्यान से पढ़ें

आगे के पृष्ठों पर आपको कुछ वक्तव्य मिलेंगे जो उन लोगों द्वारा
कहे गए हैं जिन्हें मूत्र सम्बन्धी असंयम है (मूत्र निकलना जब आप ना चाहें)।

कृपया ऐसा उत्तर चुनें जो आप पर इस समय सबसे अच्छा लागू होता है और
अपने उत्तर के नम्बर पर घेरा लगाएँ।

यदि आप अनिश्चित हैं कि प्रश्न का कैसे उत्तर दें, कृपया आप जितना हो सके अपना सबसे उत्तम उत्तर दें।
यहाँ कोई सही या गलत उत्तर नहीं है।

आपके उत्तर बिल्कुल गोपनीय रखे जाएंगे।

यदि आपके पास कोई प्रश्न हैं, तो कृपया सम्पर्क करें:

आप क्या महसूस करते हैं

(कृपया अपने उत्तर के नम्बर पर घेरा लगाएँ)

1. मैं समय पर शौचालय न पहुँच पाने के बारे में चिन्ता करता/करती हूँ।
 - 1 पूर्ण रूप से
 - 2 काफी हद तक
 - 3 परिमित
 - 4 कुछ-कुछ
 - 5 बिल्कुल नहीं
2. मैं अपने मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम के कारण खाँसने या छींकने के बारे में चिन्ता करता/करती हूँ।
 - 1 पूर्ण रूप से
 - 2 काफी हद तक
 - 3 परिमित
 - 4 कुछ-कुछ
 - 5 बिल्कुल नहीं
3. अपने मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम के कारण मुझे बैठने के बाद ध्यान से खड़े होना पड़ता है।
 - 1 पूर्ण रूप से
 - 2 काफी हद तक
 - 3 परिमित
 - 4 कुछ-कुछ
 - 5 बिल्कुल नहीं
4. मैं चिन्ता करता/करती हूँ कि नई जगहों में शौचालय कहाँ है।
 - 1 पूर्ण रूप से
 - 2 काफी हद तक
 - 3 परिमित
 - 4 कुछ-कुछ
 - 5 बिल्कुल नहीं
5. मैं अपने मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम के कारण उदास महसूस करता/करती हूँ।
 - 1 पूर्ण रूप से
 - 2 काफी हद तक
 - 3 परिमित
 - 4 कुछ-कुछ
 - 5 बिल्कुल नहीं

(कृपया अपने उत्तर के नम्बर पर घेरा लगाएँ)

6. अपने मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम के कारण मैं निश्चिन्त होकर लम्बे समय के लिए घर से बाहर नहीं जा पाता/पाती हूँ।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

7. मैं हताश महसूस करता/करती हूँ क्योंकि अपने मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम के कारण मैं मन चाहे कार्य नहीं कर पाता/पाती हूँ।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

8. मुझे चिन्ता है कि औरों को मुझमें पेशाब की बदबू आएगी।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

9. मेरी मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम हमेशा मेरे दिमाग पर रहता है।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

10. मेरा बारम्बार शौचालय जाना आवश्यक है।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

(कृपया अपने उत्तर के नम्बर पर घेरा लगाएँ)

11. मेरी मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम के कारण पहले से ही हर बात विस्तार पूर्वक प्लान करना आवश्यक है।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

12. मुझे चिन्ता है कि जैसे मेरी उम्र बढ़ेगी मेरी मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम और बदतर हो जाएगी।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

13. मेरी मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम के कारण मेरा रात को अच्छी नींद पाना आसान नहीं होता है।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

14. मुझे चिन्ता है कि मेरी मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम के कारण मैं शर्मिन्दा या नीचा ना महसूस करूँ।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

15. मेरी मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम मुझे महसूस कराता है कि मैं एक स्वस्थ व्यक्ति नहीं हूँ।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

(कृपया अपने उत्तर के नम्बर पर घेरा लगाएँ)

16. मेरी मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम मुझे असहाय महसूस कराता है।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

17. अपने मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम के कारण मैं जीवन में कम आनन्द ले पाता/पाती हूँ।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

18. मैं अपने आपको गीला करने के बारे में चिन्ता करता/करती हूँ।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

19. मुझे लगता है कि जैसे मेरा अपने मूत्राशय पर कोई नियंत्रण नहीं है।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

20. अपने मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम के कारण मुझे खयाल रखना पड़ता है कि मैं क्या और कितना पीता/पीती हूँ।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

(कृपया अपने उत्तर के नम्बर पर घेरा लगाएँ)

21. मेरी मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम मुझे कपड़ों को चुनने में सीमित रखता है।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

22. मैं अपने मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम के कारण संभोग करने के बारे में चिन्ता करता/करती हूँ।

- 1 पूर्ण रूप से
- 2 काफी हद तक
- 3 परिमित
- 4 कुछ-कुछ
- 5 बिल्कुल नहीं

आपके बारे में

A-1 आपकी मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम कब से है? (कृपया नीचे नम्बर लिखें)

_____ साल

_____ महीने

A-2 पिछले वर्ष आपने अपनी मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम के इलाज के लिए कितनी बार चिकित्सक से मिलने का समय नियुक्त किया? (कृपया दी गई लाइन पर नम्बर लिखें)

पिछले वर्ष _____ बार मिलने का समय नियुक्त किया

A-3 आप अपनी मूत्र सम्बन्धी समस्या या असंयम की तीव्रता का वर्णन किस प्रकार करेंगे?
(कृपया अपने उत्तर के नम्बर पर घेरा लगाएँ)

1 हल्की सी

2 परिमित

3 तीव्र

A-4 क्या खाँसने, छींकने, भागने, चलने, कूदने या कोई और खास कार्य करते समय आपका मूत्र निकल जाता है?

0 नहीं

1 हां

A-5 क्या शौचालय पहुँचने से पहले ही आप अपने मूत्राशय पर नियंत्रण खो बैठते हैं?

0 नहीं

1 हां

A-6 क्या बिना कोई खास कार्य करे या बिना शौचालय जाने की इच्छा महसूस करे ही आपका मूत्र निकल जाता है?

0 नहीं

1 हां

A-7 पिछले महीने, कितनी बार ना चाहते हुए भी, आपका मूत्र निकल गया, चाहे थोड़ा सा ही?
(कृपया दी गई लाईन पर नम्बर लिखें)

पिछले महीने में _____ बार

A-8 पिछले महीने, कितनी बार ना चाहते हुए भी, आपका मूत्र निकल गया, चाहे थोड़ा सा ही?

0 पिछले महीने में बिल्कुल नहीं

1 पिछले महीने में 1 से 2 बार

2 4 बार (करीब सप्ताह में एक बार)

3 सप्ताह में 2 से 3 बार

4 करीब दिन में 1 बार

5 दिन में एक या दो बार

6 दिन में तीन या चार बार

7 दिन में पाँच बार या अधिक