

MÄRKIGE TÄNANE KUUPÄEV: _____
päev kuu aasta

OSALEJA KOOD:

PALUN LUGEGE JÄRGNEV HOOLIKALT LÄBI

JÄRGMISTEL LEHEKÜLGEDEL LEIATE VÄITEID INIMESTELT, KELLEL ESINEB
URIINIPIDAMATUST (TAHTMATUT URIINIERITUST).

VALIGE VASTUS, MIS TEIE SEISUNDIT PRAEGU KÕIGE PAREMINI ISELOOMUSTAB,
JA TÕMMAKE VASTUSE NUMBRILE RING ÜMBER.

KUI TE POLE KINDEL, KUIDAS KÜSIMUSELE VASTATA, PROOVIGE VASTATA
VÕIMALIKULT TÄPSELT. **ÜKSKI VASTUS EI OLE ÕIGE EGA VALE.**

TEIE VASTUSED JÄÄVAD RANGELT KONFIDENTSIAALSETEKS.

KUI TEIL ON KÜSIMUSI, PÖÖRDUGE PALUN:



Teie tundmused

(Tõmmake oma vastuse numbrile ring ümber)

1. Muretsen, et ei jõua õigeaks ajaks tualetti.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

2. Urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse tõttu muretsen köhimise või aevastamise pärast.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

3. Urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse tõttu pean olema ettevaatlik püstitõusmisega pärast istumist.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

4. Minnes uude kohta, muretsen selle üle, kus asuvad tualetid.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

5. Olen urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse tõttu masenduses.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

(Tõmmake oma vastuse numbrile ring ümber)

6. Ma ei saa urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse tõttu vabalt pikemaks ajaks kodunt lahkuda.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

7. Mul on urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse tõttu lootusetuse tunne, sest need takistavad mind tegemast, mida ma tahan.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

8. Muretsen, et teised tunnevad minu juures uriinilõhna.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

9. Mõtlen pidevalt oma urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse peale.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

10. Mulle on tähtis tihti tualetis käia.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

(Tõmmake oma vastuse numbrile ring ümber)

11. Urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse tõttu on mul tähtis kõik üksikasjalikult ette planeerida.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

12. Muretsen, et vanemaks saades mu urineerimisprobleemid või uriinipidamatus süvenevad.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

13. Mul on urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse tõttu raske end öösiti välja magada.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

14. Muretsen, et satun urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse tõttu piinlikku või alandavasse olukorda.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

15. Tunnen, et ma ei ole urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse tõttu terve inimene.

1 ÄÄRMISELT PALJU
2 ÜSNA PALJU
3 MÕÕDUKALT
4 NATUKE
5 ÜLDSE MITTE

(Tõmmake oma vastuse numbrile ring ümber)

16. Tunnen end oma urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse tõttu abituna.

- 1 ÄÄRMISELT PALJU
- 2 ÜSNA PALJU
- 3 MÕÕDUKALT
- 4 NATUKE
- 5 ÜLDSE MITTE

17. Urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse tõttu tunnen elust vähem rõõmu.

- 1 ÄÄRMISELT PALJU
- 2 ÜSNA PALJU
- 3 MÕÕDUKALT
- 4 NATUKE
- 5 ÜLDSE MITTE

18. Muretsen, et võin end märjaks teha.

- 1 ÄÄRMISELT PALJU
- 2 ÜSNA PALJU
- 3 MÕÕDUKALT
- 4 NATUKE
- 5 ÜLDSE MITTE

19. Tunnen, et põis ei allu minu tahtele.

- 1 ÄÄRMISELT PALJU
- 2 ÜSNA PALJU
- 3 MÕÕDUKALT
- 4 NATUKE
- 5 ÜLDSE MITTE

20. Urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse tõttu pean jälgima, mida või kui palju ma joon.

- 1 ÄÄRMISELT PALJU
- 2 ÜSNA PALJU
- 3 MÕÕDUKALT
- 4 NATUKE
- 5 ÜLDSE MITTE

(Tõmmake oma vastuse numbrile ring ümber)

21. Urineerimisprobleemid või uriinipidamatus piiravad mind mu rõivaste valikul.

- 1 ÄÄRMISELT PALJU
- 2 ÜSNA PALJU
- 3 MÕÕDUKALT
- 4 NATUKE
- 5 ÜLDSE MITTE

22. Urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse tõttu muretsen oma seksuaalelu pärast.

- 1 ÄÄRMISELT PALJU
- 2 ÜSNA PALJU
- 3 MÕÕDUKALT
- 4 NATUKE
- 5 ÜLDSE MITTE

Teie kohta

- A-1 Kui kaua on teil urineerimisprobleeme või uriinipidamatust esinenud? (*Märkige siia alla arv*)

AASTAT KUUD

- A-2 Mitu korda olete viimase aasta jooksul käinud urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse ravimiseks arsti visiidil? (*Märkige arv joonele*)

 VISIITI VIIMASE AASTA JOOKSUL

- A-3 Kuidas te kirjeldaksite oma urineerimisprobleemide või uriinipidamatuse raskust? (*Tõmmake vastuse numbrile ring ümber*)

1 KERGE
2 MÕÕDUKAS
3 RASKE

- A-4 Kas teil eritub uriini köhimise, aevastamise, jooksmise, kõndimise, hüppamise või muu konkreetse tegevuse ajal?

0 EI
1 JAH

- A-5 Kas kaotate põie üle kontrolli enne tualetti jõudmist?

0 EI
1 JAH

A-6 Kas teil eritub vahel uriini, ilma et see seostuks konkreetse tegevusega või vajadusega tualetti minna?

0 EI

1 JAH

A-7 Mitu korda eritus teil viimase kuu jooksul tahtmatult uriini, kas või vähesel hulgal? (*Märkige arv joonele*)

_____ **KORDA VIIMASE KUU JOOKSUL**

A-8 Mitu korda eritus teil viimase kuu jooksul tahtmatult uriini, kas või vähesel hulgal?

0 VIIMASE KUU JOOKSUL ÜLDSE MITTE

1 VIIMASE KUU JOOKSUL 1 KUNI 2 KORDA

2 4 KORDA (UMBES KORD NÄDALAS)

3 2 KUNI 3 KORDA NÄDALAS

4 UMBES 1 KORD PÄEVAS

5 ÜKS VÕI KAKS KORDA PÄEVAS

6 KOLM VÕI NELI KORDA PÄEVAS

7 VIIS VÕI ROHKEM KORDA PÄEVAS