

PARTICIPANT ID:

Τα συναισθήματά σας

(Παρακαλούμε βάλτε σε κύκλο τον αριθμό της απάντησης σας)

1. Ανησυχώ μήπως δεν μπορέσω να φτάσω εγκαίρως στη τουαλέτα

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

2. Ανησυχώ για το βήχα ή το πτάρνισμα εξαιτίας των προβλημάτων ούρησης ή ακράτειάς μου.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

3. Πρέπει να προσέχω όταν πρόκειται να σηκωθώ όρθια από τη θέση που κάθομαι εξαιτίας των προβλημάτων που έχω με την ούρηση ή την ακράτεια μου.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

4. Ανησυχώ για το που είναι οι τουαλέτες σε νέα μέρη.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

5. Αισθάνομαι θλιμμένη εξαιτίας των προβλημάτων της ούρησης ή της ακράτειας μου.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

(Παρακαλούμε βάλτε σε κύκλο τον αριθμό της απάντησης σας)

6. Εξαιτίας των προβλημάτων της ούρησης ή της ακράτειας μου δεν αισθάνομαι ελεύθερη να φύγω από το σπίτι μου για μεγάλα χρονικά διαστήματα.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

7. Αισθάνομαι εκμηδενισμένη επειδή τα προβλήματα της ούρησης ή της ακράτειας μου μ' εμποδίζουν να κάνω αυτά που θέλω.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

8. Ανησυχώ μήπως οι άλλοι μυρίσουν ούρα πάνω μου.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

9. Τα προβλήματα της ούρησης ή της ακράτειας μου είναι πάντα στο μυαλό μου.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

10. Είναι σημαντικό για μένα να κάνω συχνές επισκέψεις στη τουαλέτα.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

(Παρακαλούμε βάλτε σε κύκλο τον αριθμό της απάντησης σας)

11. Εξαιτίας των προβλημάτων της ούρησης ή της ακράτειας μου είναι σημαντικό να σχεδιάζω το κάθε τι προηγουμένως.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

12. Ανησυχώ ότι τα προβλήματα της ούρησης ή της ακράτειας μου θα γίνουν χειρότερα όσο μεγαλώνω.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

13. Δυσκολεύομαι να έχω μια νύχτα καλού ύπνου εξαιτίας των προβλημάτων της ούρησης ή της ακράτειας μου.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

14. Ανησυχώ μήπως βρεθώ σε αμηχανία ή ντροπιαστώ εξαιτίας των προβλημάτων της ούρησης ή της ακράτειας μου.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

15. Τα προβλήματα της ούρησης ή της ακράτειας μου με κάνουν να αισθάνομαι πως δεν είμαι ένα υγιές πρόσωπο.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

(Παρακαλούμε βάλτε σε κύκλο τον αριθμό της απάντησης σας)

16. Τα προβλήματα της ούρησης ή της ακράτειας μου με κάνουν να αισθάνομαι ανήμπορη να βοηθήσω τον εαυτό μου.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

17. Ευχαριστιέμαι λιγότερο τη ζωή μου εξαιτίας των προβλημάτων της ούρησης ή της ακράτειας μου.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

18. Ανησυχώ για το ότι βρέχομαι από τα ούρα μου.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

19. Αισθάνομαι ότι δεν έχω έλεγχο πάνω στη κύστη μου.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

20. Πρέπει να προσέχω τι και πόσο πίνω εξαιτίας των προβλημάτων της ούρησης ή της ακράτειας μου.

1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
2 ΑΡΚΕΤΑ
3 ΜΕΤΡΙΑ
4 ΛΙΓΟ
5 ΚΑΘΟΛΟΥ

(Παρακαλούμε βάλτε σε κύκλο τον αριθμό της απάντησης σας)

21. Τα προβλήματα της ούρησης ή της ακράτειας περιορίζουν τις επιλογές του ντυσίματος μου.

- 1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
- 2 ΑΡΚΕΤΑ
- 3 ΜΕΤΡΙΑ
- 4 ΛΙΓΟ
- 5 ΚΑΘΟΛΟΥ

22. Ανησυχώ για τη σεξουαλική επαφή εξαιτίας των προβλημάτων της ούρησης ή της ακράτειας μου.

- 1 ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ
- 2 ΑΡΚΕΤΑ
- 3 ΜΕΤΡΙΑ
- 4 ΛΙΓΟ
- 5 ΚΑΘΟΛΟΥ

Σχετικά με σας

- A-1 Πόσο καιρό έχετε προβλήματα με την ούρηση σας ή προβλήματα ακράτειας ;
(Παρακαλούμε γράψτε τον αριθμό παρακάτω)

ΕΤΗ

ΜΗΝΕΣ

- A-2 Πόσες επισκέψεις σε ιατρό κάνατε το τελευταίο χρόνο για να θεραπεύσετε τα προβλήματα ούρησης ή ακράτειας; (Παρακαλούμε γράψτε τον αριθμό πάνω στη γραμμή που σας δίνεται)

 ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΠΙΣΚΕΨΕΩΝ ΤΟ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΧΡΟΝΟ

- A-3 Πως θα περιγράφατε τη σοβαρότητα των προβλημάτων της ούρησης ή της ακράτειας σας; (Παρακαλούμε βάλτε σε κύκλο τον αριθμό της απάντησης σας)

1 ΗΠΙΑ

2 ΜΕΤΡΙΑ

3 ΣΟΒΑΡΗ

- A-4 Χάνετε ούρα όταν βήχετε, φταρνίζεστε, τρέχετε, περπατάτε, πηδάτε ή όταν κάνετε κάποια άλλη συγκεκριμένη δραστηριότητα;

0 ΟΧΙ

1 ΝΑΙ

- A-5 Χάνετε τον έλεγχο της κύστης σας πριν να πάτε στο μπάνιο;

0 ΟΧΙ

1 ΝΑΙ

A-6 Χάνετε ούρα σε στιγμές που δεν συνδέονται με κάποια συγκεκριμένη δραστηριότητα ή ανάγκη για να πάτε στο μπάνιο;

0 OXI

1 ΝΑΙ

A-7 Τον τελευταίο μήνα πόσες φορές χάσατε ούρα, ακόμα και σε μικρή ποσότητα, όταν εσείς δεν το θέλατε; *(Παρακαλούμε γράψτε τον αριθμό πάνω στη γραμμή που σας δίνεται)*

_____ **ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΟΡΩΝ ΤΟΝ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΜΗΝΑ**

A-8 Τον τελευταίο μήνα πόσες φορές χάσατε ούρα, ακόμα και σε μικρή ποσότητα, όταν εσείς δεν το θέλατε;

0 ΚΑΜΜΙΑ ΦΟΡΑ ΤΟΝ ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΜΗΝΑ

1 1-2 ΦΟΡΕΣ ΤΟΝ ΤΕΛΕΥΤΙΟ ΜΗΝΑ

2 4 ΦΟΡΕΣ (ΠΕΡΙΠΟΥ ΜΙΑ ΦΟΡΑ ΤΗ ΒΔΟΜΑΔΑ)

3 2 ΕΩΣ 3 ΦΟΡΕΣ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ

4 ΠΕΡΙΠΟΥ 1 ΦΟΡΑ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ

5 1 Ή 2 ΦΟΡΕΣ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ

6 3 Ή 4 ΦΟΡΕΣ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ

7 5 ΦΟΡΕΣ Ή ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ