

PÄIVÄMÄÄRÄ: _____
(Päivä, Kuukausi, Vuosi)

OSALLISTUJAN TUNNUS:

LUKEKAA TÄMÄ HUOLELLISESTI

SEURAAVILLA SIVUILLA ON VIRTSAUSONGELMISTA TAI
VIRTSAINKONTINENSSISTA (VIRTSANKARKAILUSTA) KÄRSIVIEN IHMISTEN
TOTEAMUKSIA.

VALITKAA VASTAUSVAIHTOEHDOISTA OMAA TÄMÄNHETKISTÄ
TILANNETTANNE PARHAITEN VASTAAVA VAIHTOEHTO YMPYRÖIMÄLLÄ
SEN NUMERO.

JOS ETTE OIKEIN TIEDÄ MITÄ VASTATA, VASTATKAA KUITENKIN PARHAAN
KYKYNNE MUKAAN. **"OIKEITA" TAI "VÄÄRIÄ" VASTAUKSIA EI OLE.**

VASTAUKSENNE KÄSITELLÄÄN EHDOTTOMAN LUOTTAMUKSELLISINA.

JOS TEILLÄ ON KYSYTTÄVÄÄ, LISÄTIETOJA ANTAA:

Minusta tuntuu tältä

(Ympyröikää sopivan vastauksen numero)

1. Pelkään, etten ehdi ajoissa WC:hen.

1 ERITTÄIN PALJON
2 MELKO PALJON
3 KOHTALAISESTI
4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
5 EI LAINKAAN

2. Pelkään yskimistä ja aivastamista virtsausongelmien tai inkontinenssin vuoksi.

1 ERITTÄIN PALJON
2 MELKO PALJON
3 KOHTALAISESTI
4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
5 EI LAINKAAN

3. Minun on virtsausongelmien tai inkontinenssin vuoksi varottava kun nousen istumasta seisomaan.

1 ERITTÄIN PALJON
2 MELKO PALJON
3 KOHTALAISESTI
4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
5 EI LAINKAAN

4. Olen huolissani WC:n löytämisestä vieraissa paikoissa.

1 ERITTÄIN PALJON
2 MELKO PALJON
3 KOHTALAISESTI
4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
5 EI LAINKAAN

5. Olen masentunut virtsausongelmien tai inkontinenssin vuoksi.

1 ERITTÄIN PALJON
2 MELKO PALJON
3 KOHTALAISESTI
4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
5 EI LAINKAAN

(Ympyröikää sopivan vastauksen numero)

6. Minusta tuntuu, että virtsausongelmien tai inkontinenssin vuoksi en voi vapaasti lähteä kotoa pitkäksi aikaa.

1 ERITTÄIN PALJON
2 MELKO PALJON
3 KOHTALAISESTI
4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
5 EI LAINKAAN

7. Olen turhautunut, koska virtsausongelmat tai inkontinenssi estää minua tekemästä mitä haluan.

1 ERITTÄIN PALJON
2 MELKO PALJON
3 KOHTALAISESTI
4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
5 EI LAINKAAN

8. Olen huolissani siitä, että toiset ihmiset aistivat virtsan hajun minusta.

1 ERITTÄIN PALJON
2 MELKO PALJON
3 KOHTALAISESTI
4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
5 EI LAINKAAN

9. Virtsausongelmat tai inkontinenssi on mielessäni jatkuvasti.

1 ERITTÄIN PALJON
2 MELKO PALJON
3 KOHTALAISESTI
4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
5 EI LAINKAAN

10. Pidän tärkeänä että voin käydä usein WC:ssä.

1 ERITTÄIN PALJON
2 MELKO PALJON
3 KOHTALAISESTI
4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
5 EI LAINKAAN

(Ympyröikää sopivan vastauksen numero)

11. Virtsausongelmien tai inkontinenssin vuoksi jokainen asia on suunniteltava tarkasti etukäteen.

- 1 ERITTÄIN PALJON
- 2 MELKO PALJON
- 3 KOHTALAISESTI
- 4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
- 5 EI LAINKAAN

12. Olen huolissani siitä, että virtsausongelmat tai inkontinenssi pahenee iän myötä.

- 1 ERITTÄIN PALJON
- 2 MELKO PALJON
- 3 KOHTALAISESTI
- 4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
- 5 EI LAINKAAN

13. Minun on vaikea nukkua yöt kunnolla virtsausongelmien tai inkontinenssin vuoksi.

- 1 ERITTÄIN PALJON
- 2 MELKO PALJON
- 3 KOHTALAISESTI
- 4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
- 5 EI LAINKAAN

14. Pelkään, että joudun virtsausongelmien tai inkontinenssin takia noloon tai nöyryyttävään tilanteeseen.

- 1 ERITTÄIN PALJON
- 2 MELKO PALJON
- 3 KOHTALAISESTI
- 4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
- 5 EI LAINKAAN

15. Virtsausongelmien tai inkontinenssin vuoksi minusta tuntuu etten ole terve.

- 1 ERITTÄIN PALJON
- 2 MELKO PALJON
- 3 KOHTALAISESTI
- 4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
- 5 EI LAINKAAN

(Ympyröikää sopivan vastauksen numero)

16. Tunnen itseni avuttomaksi virtsausongelmien tai inkontinenssin vuoksi.

- 1 ERITTÄIN PALJON
- 2 MELKO PALJON
- 3 KOHTALAISESTI
- 4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
- 5 EI LAINKAAN

17. Virtsausongelmien tai inkontinenssin vuoksi nautin elämästä vähemmän.

- 1 ERITTÄIN PALJON
- 2 MELKO PALJON
- 3 KOHTALAISESTI
- 4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
- 5 EI LAINKAAN

18. Olen huolissani siitä, että virtsa karkaa alleni.

- 1 ERITTÄIN PALJON
- 2 MELKO PALJON
- 3 KOHTALAISESTI
- 4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
- 5 EI LAINKAAN

19. Tuntuu kuin en pystyisi hallitsemaan rakkoani.

- 1 ERITTÄIN PALJON
- 2 MELKO PALJON
- 3 KOHTALAISESTI
- 4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
- 5 EI LAINKAAN

20. Virtsausongelmien tai inkontinenssin vuoksi minun on katsottava mitä tai minkä verran juon.

- 1 ERITTÄIN PALJON
- 2 MELKO PALJON
- 3 KOHTALAISESTI
- 4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
- 5 EI LAINKAAN

(Ympyröikää sopivan vastauksen numero)

21. Virtsausergelmat tai inkontinenssi rajoittaa pukeutumistani.

- 1 ERITTÄIN PALJON
- 2 MELKO PALJON
- 3 KOHTALAISESTI
- 4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
- 5 EI LAINKAAN

22. Pelkään sukupuoliyhteyksiä virtsausergelmien tai inkontinenssin vuoksi.

- 1 ERITTÄIN PALJON
- 2 MELKO PALJON
- 3 KOHTALAISESTI
- 4 VÄHÄISESSÄ MÄÄRIN
- 5 EI LAINKAAN

Potilas täyttää

- A-1 Kuinka pitkään teillä on ollut virtsausongelmia tai inkontinenssia? *(Kirjoittakaa aikamäärä alle)*

VUOTTA

KUUKAUTTA

- A-2 Montako kertaa kävitte lääkärissä viime vuonna virtsausongelmien tai inkontinenssin hoitoa varten? *(Merkitkää numeroin tyhjään kohtaan)*

_____ **KÄYNTIEN LUKUMÄÄRÄ KULUNEEN VUODEN AIKANA**

- A-3 Kuinka luonnehtisitte virtsausongelmienne tai inkontinenssinne vaikeusasteen? *(Ympyröikää vastauksenne numero)*

- 1 LIEVÄ**
- 2 KESKIVAIKEA**
- 3 VAIKEA**

- A-4 Karkaileeko virtsa kun yskitte, aivastatte, juoksette, kävelette, hypitte tai muun erityisen toiminnan yhteydessä?

- 0 EI**
- 1 KYLLÄ**

- A-5 Menetättekö virtsarakkonne hallinnan ennen kuin ehditte WC:lle?

- 0 EI**
- 1 KYLLÄ**

A-6 Karkaileeko virtsa tilanteissa, jolloin ette tee mitään erityistä tai teillä ei ole virtsaamisen tarvetta?

0 EI

1 KYLLÄ

A-7 Montako kertaa kuluneen kuukauden aikana virtsaa karkaili vastoin tahtoaanne, ottaen huomioon myös pienet määrät? (*Merkittää numeroin tyhjään kohtaan*)

_____ **KERTAA KULUNEEN KUUKAUDEN AIKANA**

A-8 Montako kertaa kuluneen kuukauden aikana virtsaa karkaili vastoin tahtoaanne, ottaen huomioon myös pienet määrät?

0 EI KERTAANKAAN KULUNEEN KUUKAUDEN AIKANA

1 1-2 KERTAA KULUNEEN KUUKAUDEN AIKANA

2 4 KERTAA (NOIN KERRAN VIIKOSSA)

3 2-3 KERTAA VIIKOSSA

4 NOIN KERRAN PÄIVÄSSÄ

5 1-2 KERTAA PÄIVÄSSÄ

6 3 TAI 4 KERTAA PÄIVÄSSÄ

7 5 TAI USEAMPI KERTA PÄIVÄSSÄ