

VUL HIER A.U.B. DE DATUM
VAN VANDAAG IN:

Dag Maand Jaar

DEELNEMER #

LEES DIT A.U.B. AANDACHTIG DOOR

OP DE VOLGENDE BLADZIJDEN VINDT U EEN AANTAL UITSPRAKEN
VAN MENSEN MET URINE-INCONTINENTIE (MENSEN DIE HUN PLAS NIET GOED
KUNNEN OPHOUDEN).

KIES A.U.B. HET ANTWOORD DAT OP DIT MOMENT HET MEEST OP U VAN
TOEPASSING IS EN OMCIRKEL HET BIJBEHORENDE NUMMER.

ALS U NIET ZEKER WEET HOE U EEN VRAAG MOET BEANTWOORDEN, GEEF DAN
HET BEST MOGELIJKE ANTWOORD.

ER ZIJN GEEN GOEDE OF FOUTE ANTWOORDEN.

UW ANTWOORDEN WORDEN STRIKT VERTROUWELIJK BEHANDELD.

VOOR EVENTUELE VRAGEN KUNT U ZICH WENDEN TOT:



© University of Washington, 1996. Revised 2000.

Uw Gevoelens

(Omcirkel a.u.b. het nummer bij het door u gekozen antwoord)

1. Ik maak me zorgen niet op tijd het toilet te kunnen bereiken
 - 1 HEEL ERG VEEL
 - 2 VEEL
 - 3 NOGAL
 - 4 EEN KLEIN BEETJE
 - 5 HELEMAAL NIET

2. Ik ben bang om te hoesten of te niezen door mijn urineerprobleem of door mijn incontinentie.
 - 1 HEEL ERG VEEL
 - 2 VEEL
 - 3 NOGAL
 - 4 EEN KLEIN BEETJE
 - 5 HELEMAAL NIET

3. Door mijn urineerprobleem of door mijn incontinentie moet ik voorzichtig opstaan nadat ik gezeten heb.
 - 1 HEEL ERG VEEL
 - 2 VEEL
 - 3 NOGAL
 - 4 EEN KLEIN BEETJE
 - 5 HELEMAAL NIET

4. Ik maak me er zorgen over waar de toiletten te vinden zijn als ik ergens voor het eerst ben.
 - 1 HEEL ERG VEEL
 - 2 VEEL
 - 3 NOGAL
 - 4 EEN KLEIN BEETJE
 - 5 HELEMAAL NIET

5. Ik voel me gedeprimeerd door mijn urineerprobleem of door mijn incontinentie.
 - 1 HEEL ERG VEEL
 - 2 VEEL
 - 3 NOGAL
 - 4 EEN KLEIN BEETJE
 - 5 HELEMAAL NIET

(Omcirkel a.u.b. het nummer bij het door u gekozen antwoord)

6. Omdat ik een urineerprobleem heb of incontinent ben, voel ik mij niet vrij om voor langere tijd van huis weg te zijn.

1 HEEL ERG VEEL
2 VEEL
3 NOGAL
4 EEN KLEIN BEETJE
5 HELEMAAL NIET

7. Ik voel me ontmoedigd omdat ik door mijn urineerprobleem of door mijn incontinentie niet kan doen wat ik wil.

1 HEEL ERG VEEL
2 VEEL
3 NOGAL
4 EEN KLEIN BEETJE
5 HELEMAAL NIET

8. Ik ben bang dat anderen een urinelucht bij mij ruiken.

1 HEEL ERG VEEL
2 VEEL
3 NOGAL
4 EEN KLEIN BEETJE
5 HELEMAAL NIET

9. Ik denk steeds aan mijn urineerprobleem of aan mijn incontinentie.

1 HEEL ERG VEEL
2 VEEL
3 NOGAL
4 EEN KLEIN BEETJE
5 HELEMAAL NIET

10. Het is belangrijk voor me om vaak naar het toilet te kunnen gaan.

1 HEEL ERG VEEL
2 VEEL
3 NOGAL
4 EEN KLEIN BEETJE
5 HELEMAAL NIET

(Omcirkel a.u.b. het nummer bij het door u gekozen antwoord)

11. Omdat ik een urineerprobleem heb of incontinent ben, moet ik vooraf in detail plannen maken.

- 1 HEEL ERG VEEL
- 2 VEEL
- 3 NOGAL
- 4 EEN KLEIN BEETJE
- 5 HELEMAAL NIET

12. Ik maak me er zorgen over dat mijn urineerprobleem of mijn incontinentie zal verergeren naarmate ik ouder word.

- 1 HEEL ERG VEEL
- 2 VEEL
- 3 NOGAL
- 4 EEN KLEIN BEETJE
- 5 HELEMAAL NIET

13. Ik heb moeite om 's nachts goed te slapen door mijn urineerprobleem of mijn incontinentie.

- 1 HEEL ERG VEEL
- 2 VEEL
- 3 NOGAL
- 4 EEN KLEIN BEETJE
- 5 HELEMAAL NIET

14. Ik ben bang om in verlegenheid gebracht te worden of om in een vernederende situatie terecht te komen door mijn urineerprobleem of door mijn incontinentie.

- 1 HEEL ERG VEEL
- 2 VEEL
- 3 NOGAL
- 4 EEN KLEIN BEETJE
- 5 HELEMAAL NIET

15. Mijn urineerprobleem of mijn incontinentie geeft mij het gevoel dat ik niet gezond ben.

- 1 HEEL ERG VEEL
- 2 VEEL
- 3 NOGAL
- 4 EEN KLEIN BEETJE
- 5 HELEMAAL NIET

(Omcirkel a.u.b. het nummer bij het door u gekozen antwoord)

16. Ik voel me machteloos door mijn urineerprobleem of door mijn incontinentie.

- 1 HEEL ERG VEEL
- 2 VEEL
- 3 NOGAL
- 4 EEN KLEIN BEETJE
- 5 HELEMAAL NIET

17. Ik geniet minder van het leven door mijn urineerprobleem of door mijn incontinentie.

- 1 HEEL ERG VEEL
- 2 VEEL
- 3 NOGAL
- 4 EEN KLEIN BEETJE
- 5 HELEMAAL NIET

18. Ik ben bang dat ik nat word.

- 1 HEEL ERG VEEL
- 2 VEEL
- 3 NOGAL
- 4 EEN KLEIN BEETJE
- 5 HELEMAAL NIET

19. Ik heb het gevoel dat ik geen controle over mijn blaas heb.

- 1 HEEL ERG VEEL
- 2 VEEL
- 3 NOGAL
- 4 EEN KLEIN BEETJE
- 5 HELEMAAL NIET

20. Ik moet opletten met wat ik drink of met hoeveel ik drink door mijn urineerprobleem of door mijn incontinentie.

- 1 HEEL ERG VEEL
- 2 VEEL
- 3 NOGAL
- 4 EEN KLEIN BEETJE
- 5 HELEMAAL NIET

(Omcirkel a.u.b. het nummer bij het door u gekozen antwoord)

21. Mijn urineerprobleem of mijn incontinentie beperkt mij bij de keuze van kleding.

- 1 HEEL ERG VEEL
- 2 VEEL
- 3 NOGAL
- 4 EEN KLEIN BEETJE
- 5 HELEMAAL NIET

22. Door mijn urineerprobleem of door mijn incontinentie zie ik er tegen op om
geslachtsgemeenschap te hebben.

- 1 HEEL ERG VEEL
- 2 VEEL
- 3 NOGAL
- 4 EEN KLEIN BEETJE
- 5 HELEMAAL NIET

Over Uzelf

- A-1 Sinds hoe lang heeft u reeds een urineerprobleem of bent u incontinent? (*Noteert u a.u.b. hieronder het aantal jaren en/of maanden*)

JAAR

MAANDEN

- A-2 Hoeveel afspraken met huisarts, specialist, verpleegkundige, fysiotherapeut of andere medische beroepen heeft u het afgelopen jaar gemaakt vanwege uw urineerprobleem of uw incontinentie.

_____ **AANTAL AFSPRAKEN IN HET AFGELOPEN JAAR**

- A-3 Hoe zou u de ernst van uw urineerprobleem of uw incontinentie omschrijven? (*Omcirkel het nummer van het door u gekozen antwoord*)

1 ENIGSZINS

2 MIDDELMATIG

3 ERNSTIG

- A-4 Verliest u urine als u hoest, niest, rent, loopt, springt of bij een andere specifieke activiteit?

0 NEE

1 JA

- A-5 Verliest u de controle over uw blaas voordat u het toilet heeft kunnen bereiken?

0 NEE

1 JA

A-6 Verliest u weleens urine op momenten dat u niet bezig bent met een specifieke activiteit of wanneer u geen behoefte voelt om naar het toilet te gaan?

0 NEE

1 JA

A-7 Hoe vaak heeft u in de afgelopen maand ongewild urine verloren, ook al was het maar een klein beetje? (*Vul het aantal a.u.b. op de lijn hieronder in*)

_____ **AANTAL KEREN IN DE AFGELOPEN MAAND**

A-8 Hoe vaak heeft u in de afgelopen maand ongewild urine verloren, ook al was het maar een klein beetje?

0 HELEMAAL NIET IN DE AFGELOPEN MAAND

1 1 OF 2 KEER IN DE AFGELOPEN MAAND

2 4 KEER (ONGEVEER EENMAAL PER WEEK)

3 2 TOT 3 KEER PER WEEK

4 ONGEVEER 1 KEER PER DAG

5 1 OF 2 KEER PER DAG

6 3 OF 4 KEER PER DAG

7 5 OF MEER KEREN PER DAG