

VĂ RUGĂM SĂ SCRIEȚI

DATA DE ASTĂZI:

Ziua Luna Anul

NR. PARTICIPANT:

VĂ RUGĂM SĂ CITIȚI CU ATENȚIE CELE DE MAI JOS

ÎN PAGINILE URMĂTOARE VEȚI GĂSI UNELE AFIRMAȚII CARE AU FOST
FĂCUTE DE PERSOANE CARE AVEAU INCONTINENȚĂ URINARĂ (ATUNCI CÂND
PIERDEȚI URINĂ INVOLUNTAR).

VĂ RUGĂM SĂ ALEGEȚI RĂSPUNSUL CARE VI SE POTRIVEȘTE CEL MAI BINE ÎN
ACEST MOMENT ȘI SĂ ÎNCERCUIȚI NUMĂRUL CORESPUNZĂTOR RĂSPUNSULUI
DUMNEAVOASTRĂ.

DACĂ NU SUNTEȚI SIGUR(Ă) CUM SĂ RĂSPUNDEȚI LA O ÎNTREBARE,
VĂ RUGĂM SĂ RĂSPUNDEȚI PE CÂT DE BINE PUTEȚI. **NU EXISTĂ RĂSPUNSURI
CORECTE SAU GREȘITE.**

RĂSPUNSURILE DUMNEAVOASTRĂ VOR RĂMÂNE STRICT CONFIDENȚIALE.

DACĂ AVEȚI ÎNTREBĂRI, VĂ RUGĂM SĂ CONTACTAȚI:



Cum vă simțiți

(Vă rugăm să încercuiți numărul corespunzător răspunsului dumneavoastră.)

1. Îmi fac griji că aş putea să nu ajung la toaletă la timp.
 - 1 EXTREM DE MULT
 - 2 DESTUL DE MULT
 - 3 MODERAT
 - 4 PUȚIN
 - 5 DELOC

2. Îmi fac griji când trebuie să tuşesc sau să strănut, din cauza problemelor mele urinare sau a incontinenței urinare.
 - 1 EXTREM DE MULT
 - 2 DESTUL DE MULT
 - 3 MODERAT
 - 4 PUȚIN
 - 5 DELOC

3. Trebuie să fiu atent(ă) când mă ridic în picioare după ce am stat jos, din cauza problemelor mele urinare sau a incontinenței urinare.
 - 1 EXTREM DE MULT
 - 2 DESTUL DE MULT
 - 3 MODERAT
 - 4 PUȚIN
 - 5 DELOC

4. Când sunt într-un loc nou, îmi fac griji gândindu-mă unde sunt toaletele.
 - 1 EXTREM DE MULT
 - 2 DESTUL DE MULT
 - 3 MODERAT
 - 4 PUȚIN
 - 5 DELOC

5. Mă simt deprimat(ă) din cauza problemelor mele urinare sau a incontinenței urinare.
 - 1 EXTREM DE MULT
 - 2 DESTUL DE MULT
 - 3 MODERAT
 - 4 PUȚIN
 - 5 DELOC

(Vă rugăm să încercuiți numărul corespunzător răspunsului dumneavoastră.)

6. Din cauza problemelor mele urinare sau a incontinenței urinare, nu mă simt liber să plec de acasă pe perioade lungi de timp.

1 EXTREM DE MULT
2 DESTUL DE MULT
3 MODERAT
4 PUȚIN
5 DELOC

7. Mă simt frustrat(ă) pentru că problemele mele urinare sau incontinența urinară mă împiedică să fac ceea ce vreau.

1 EXTREM DE MULT
2 DESTUL DE MULT
3 MODERAT
4 PUȚIN
5 DELOC

8. Îmi fac griji că ceilalți ar putea simți mirosul urinei la mine.

1 EXTREM DE MULT
2 DESTUL DE MULT
3 MODERAT
4 PUȚIN
5 DELOC

9. Am în permanență în minte problemele mele urinare sau incontinența urinară.

1 EXTREM DE MULT
2 DESTUL DE MULT
3 MODERAT
4 PUȚIN
5 DELOC

10. Pentru mine, este important să fac drumuri dese la toaletă.

1 EXTREM DE MULT
2 DESTUL DE MULT
3 MODERAT
4 PUȚIN
5 DELOC

(Vă rugăm să încercuiți numărul corespunzător răspunsului dumneavoastră.)

11. Din cauza problemelor mele urinare sau a incontinenței urinare, este important pentru mine să planific dinainte fiecare detaliu.

1 EXTREM DE MULT
2 DESTUL DE MULT
3 MODERAT
4 PUȚIN
5 DELOC

12. Îmi fac griji că problemele mele urinare sau incontinența urinară se vor înrăutăți pe măsură ce îmbătrânesc.

1 EXTREM DE MULT
2 DESTUL DE MULT
3 MODERAT
4 PUȚIN
5 DELOC

13. Îmi este greu să dorm bine întreaga noapte, din cauza problemelor mele urinare sau a incontinenței urinare.

1 EXTREM DE MULT
2 DESTUL DE MULT
3 MODERAT
4 PUȚIN
5 DELOC

14. Îmi fac griji că voi fi pus(ă) în situații jenante sau umilitoare, din cauza problemelor mele urinare sau a incontinenței urinare.

1 EXTREM DE MULT
2 DESTUL DE MULT
3 MODERAT
4 PUȚIN
5 DELOC

15. Problemele mele urinare sau incontinența urinară mă fac să mă simt o persoană bolnavă.

1 EXTREM DE MULT
2 DESTUL DE MULT
3 MODERAT
4 PUȚIN
5 DELOC

(Vă rugăm să încercuiți numărul corespunzător răspunsului dumneavoastră.)

16. Problemele mele urinare sau incontinența urinară mă fac să mă simt neajutorat(ă).

- 1 EXTREM DE MULT
- 2 DESTUL DE MULT
- 3 MODERAT
- 4 PUȚIN
- 5 DELOC

17. Mă bucur mai puțin de viață din cauza problemelor mele urinare sau a incontinenței urinare.

- 1 EXTREM DE MULT
- 2 DESTUL DE MULT
- 3 MODERAT
- 4 PUȚIN
- 5 DELOC

18. Îmi fac griji să nu mă ud.

- 1 EXTREM DE MULT
- 2 DESTUL DE MULT
- 3 MODERAT
- 4 PUȚIN
- 5 DELOC

19. Simt că nu am control asupra vezicii mele urinare.

- 1 EXTREM DE MULT
- 2 DESTUL DE MULT
- 3 MODERAT
- 4 PUȚIN
- 5 DELOC

20. Trebuie să am grijă ce beau și în ce cantitate, din cauza problemelor mele urinare sau a incontinenței urinare.

- 1 EXTREM DE MULT
- 2 DESTUL DE MULT
- 3 MODERAT
- 4 PUȚIN
- 5 DELOC

(Vă rugăm să încercuiți numărul corespunzător răspunsului dumneavoastră.)

21. Problemele mele urinare sau incontinența urinară îmi limitează alegerile în ceea ce privește îmbrăcămintea.

1 EXTREM DE MULT
2 DESTUL DE MULT
3 MODERAT
4 PUȚIN
5 DELOC

22. Îmi fac griji când trebuie să fac sex, din cauza problemelor mele urinare sau a incontinenței urinare.

1 EXTREM DE MULT
2 DESTUL DE MULT
3 MODERAT
4 PUȚIN
5 DELOC

Despre dumneavoastră

A-1 De cât timp aveți problemele urinare sau incontinența urinară? (*Vă rugăm să scrieți numărul mai jos*)

ANI

LUNI

A-2 La câte consultații medicale ați fost în ultimul an pentru a vă trata problemele urinare sau incontinența urinară? (*Vă rugăm să scrieți numărul pe linia de mai jos*)

_____ **NUMĂRUL DE CONSULTAȚII MEDICALE ÎN ULTIMUL AN**

A-3 Cum ați descrie gravitatea problemelor dumneavoastră urinare sau a incontinenței urinare? (*Vă rugăm să încercuiți numărul corespunzător răspunsului dumneavoastră*)

1 **UȘOARE**

2 **MODERATE**

3 **GRAVE**

A-4 Pierdeți vreodată urină când tușiți, strănutați, alergați, mergeți, săriți sau când faceți o altă activitate anume?

0 **NU**

1 **DA**

A-5 Pierdeți vreodată controlul asupra vezicii dumneavoastră urinare înainte de a ajunge la toaletă?

0 **NU**

1 **DA**

A-6 Pierdeți vreodată urină în momente care nu sunt asociate cu o activitate anume sau cu nevoia de a merge la toaletă?

0 NU

1 DA

A-7 În ultima lună de câte ori ați pierdut urină, chiar și o cantitate mică, fără să vreți? (*Vă rugăm să scrieți numărul pe linia de mai jos*)

_____ **DE CÂTE ORI ÎN ULTIMA LUNĂ**

A-8 În ultima lună de câte ori ați pierdut urină, chiar și o cantitate mică, fără să vreți?

0 NICIODATĂ ÎN ULTIMA LUNĂ

1 DE 1 SAU 2 ORI ÎN ULTIMA LUNĂ

2 DE 4 ORI (CAM O DATĂ PE SĂPTĂMÂNĂ)

3 DE 2 SAU 3 ORI PE SĂPTĂMÂNĂ

4 CAM O DATĂ PE ZI

5 O DATĂ SAU DE DOUĂ ORI PE ZI

6 DE TREI SAU PATRU ORI PE ZI

7 DE CINCI SAU MAI MULTE ORI PE ZI