

URINARY INCONTINENCE & FREQUENCY COMFORT QUESTIONNAIRE TUKISH VERSION

URİNER İNKONTİNANS & SIKLIK KONFOR SKALASI

İdrar kaçırma ile ilgili olan hisleriniz hakkında çalışmamıza izin verdiğiniz için teşekkürler. Aşağıda hisseleriniz / duygularınızla ilgili ifadeler vardır. Her bir soruya altı puan verilmiştir, lütfen hislerinize çoğunlukla uyan sayıyı daire içine alınız.

		Kesinlikle katılıyorum			Kesinlikle katılmıyorum		
1	Kendimi iyi hissediyorum.	6	5	4	3	2	1
2	Mesane problemlerim hakkında insanlarla konuşmak beni rahatlatıyor	6	5	4	3	2	1
3	Mesane problemlerim (idrar kaçırma & sıklık) nedeniyle dışarı çıktığımda tuvalet bulamama düşüncesi beni endişelendiriyor	6	5	4	3	2	1
4	Kendimi her zaman olduğu gibi fiziksel olarak çekici buluyorum	6	5	4	3	2	1
5	Gerginim	6	5	4	3	2	1
6	Mesane problemlerim nedeniyle (idrar kaçırma & sıklık) ailemi veya arkadaşlarımı ziyarete gitmekten korkuyorum	6	5	4	3	2	1
7	Mesane problemlerimle ilgili daha fazla bilgiye ihtiyaç duyuyorum	6	5	4	3	2	1
8	Mesane problemim sürekli beynimi meşgul ediyor.	6	5	4	3	2	1
9	Mesane problemleri (idrar kaçırma & sık idrara çıkma sorunu) olan başka kişileri de tanıyorum	6	5	4	3	2	1
10	Mesane problemlerimden usandım (bıktım, yoruldum)	6	5	4	3	2	1
11	Mesane sorunumla baş edebiliyorum	6	5	4	3	2	1
12	Evim temiz kokuyor	6	5	4	3	2	1
13	İyi uyuyabiliyorum	6	5	4	3	2	1
14	Şu sıralarda hayat benim için bir mücadele	6	5	4	3	2	1
15	Alışverişe gitmekten hoşlanıyorum	6	5	4	3	2	1
16	Hayatımda bir çok şeyi anlamlı buluyorum	6	5	4	3	2	1
17	İdrar kaçırma başa çıkabileceğim (üstesinden gelebileceğim) bir sorun	6	5	4	3	2	1
18	Evden dılarına çıkmak beni hem endişelendiriyor hem de korkutuyor.	6	5	4	3	2	1
19	Gelecekte (neler olacağından) olacıklardan korkuyorum	6	5	4	3	2	1
20	Beni hiç kimse anlamıyor	6	5	4	3	2	1
21	Çok az sıvı içiyorum	6	5	4	3	2	1
22	Kendimi kontrol edemediğimi hissediyorum	6	5	4	3	2	1
23	Benim için kaygı duyduğunu hissettiğim insanlar var	6	5	4	3	2	1
24	Evimde misafir ağırlamaktan zevk alıyorum	6	5	4	3	2	1
25	Fiziksel olarak kendimi formda hissediyorum	6	5	4	3	2	1
26	Farklı içeceklerin (çay, kahve, su vb.) mesanemi nasıl etkileyeceğinin bilincindeyim.	6	5	4	3	2	1
27	Kendimi temiz ve ferah hissediyorum	6	5	4	3	2	1
28	Yaşamımdaki aktiviteler benim için önemli	6	5	4	3	2	1