İNKONTİNANS YAŞAM KALİTESİ ANKETİ (IQoL)

Lütfen aşağıdaki sorulara en uygun yanıtı veriniz

1. Tuvalete zamanında yetişememek beni endişelendiriyor.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

2. Öksürmek veya hapşırmaktan korkuyorum.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

3. Oturduğum yerden kalkarken dikkatli olmam gerekiyor.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

4. İlk kez gittiğim yerlerde tuvaletin nerede olduğu beni kaygılandırıyor.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

5. Kendimi mutsuz / kederli hissediyorum.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

6. Evimden uzun süreli ayrılırken kendimi rahat hissetmiyorum.

7. İdrar sorunum nedeniyle istediklerimi yapamamak beni hayal kırıklığına uğratıyor.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

8. Başka kişilerin üzerimde idrar kokusu hissetmesinden/duymasından endişe ediyorum.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

9. Aklımda hep idrar kaçırma var.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

10. Benim için tuvalete sık gitmek önemlidir.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

11. İdrar kaçırmam nedeniyle her ayrıntıyı önceden planlamak benim için önemlidir.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

12. Yaşlandıkça idrar kaçırmamın kötüleşeceğinden korkuyorum.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

13. Geceleri uyumakta zorlanıyorum.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

14. İdrar kaçırmam nedeniyle utanacağım ve rezil olacağım endişesine kapılıyorum.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

15. İdrar kaçırmam nedeniyle sağlıklı bir insan olmadığım hissine kapılıyorum.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

16. İdrar kaçırmam nedeniyle kendimi çaresiz hissediyorum.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

17. İdrar kaçırmam nedeniyle yaşamdan daha az zevk alıyorum.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

18. Altımı ıslatmaktan korkuyorum.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

19. Mesanemi kontrol edemediğimi düşünüyorum. Mesanem üzerinde hiç kontrolüm yokmuş gibi hissediyorum

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

20. Aldığım sıvı miktarını kontrol etmem gerekiyor. İçtiklerimi takip etmem gerekiyor

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

21. İdrar kaçırmam kıyafet seçeneklerimi azaltıyor.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

22. Cinsel ilişki kurmaktan korkuyorum.

1) Çok fazla 2) Epeyce 3) Orta derecede 4) Biraz 5) Hiç

Özerdoğan, N., Beji, N. K., & Yalçın, Ö. (2004). Urinary Incontinence: Its Prevalence, Risk Factors and Effects on the Quality of Life of Women Living in a Region of Turkey. Gynecologic and Obstetric Investigation, 58(3), 145150. https://doi.org/10.1159/000079422