

ICIQ-SF

Σας παρακαλούμε να μας απαντήσετε τις παρακάτω ερωτήσεις με βάση το πώς ήσασταν τις **ΤΕΛΕΥΤΑΙΕΣ ΤΕΣΣΕΡΙΣ ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ**.

1. Πόσο συχνά χάνετε ούρα; (σημειώστε ένα κουτάκι)

- | | |
|---|----------------------------|
| Ποτέ | ☐ 0 |
| Συνήθως μία φορά την εβδομάδα ή πιο αραιά | ☐ 1 |
| Δυο μέχρι τρεις φορές την εβδομάδα | ☐ 2 |
| Συνήθως μία φορά την ημέρα | ☐ 3 |
| Πολλές φορές την ημέρα | ☐ 4 |
| Συνέχεια | ☐ 5 |

2. Θα θέλαμε να γνωρίζαμε πόσα ούρα πιστεύετε ότι χάνετε. Πόσα ούρα χάνετε συνήθως; (ανεξάρτητα αν χρησιμοποιείται σερβιέτα ή όχι) (σημειώστε ένα κουτάκι)

- | | |
|-----------------|----------------------------|
| Καθόλου | ☐ 0 |
| Μικρή ποσότητα | ☐ 2 |
| Μέτρια ποσότητα | ☐ 4 |
| Μεγάλη ποσότητα | ☐ 6 |

3. Σε ποιο βαθμό επηρεάζει η ακράτεια την καθημερινή σου ζωή;

Βαλτέ σε κύκλο ένα αριθμό από το 0 (δεν επηρεάζει) καθόλου μέχρι το 10 (επηρεάζει πάρα πολύ)

- | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|---|---|---|---|----------------|---|---|---|---|----|
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Δεν επηρεάζει καθόλου | | | | | Επηρεάζει πολύ | | | | | |

ICIQ score: sum scores 1+2+3

4.Πότε χάνετε ούρα; (σημειώστε το ανάλογο κουτάκι)

- | | |
|---|--------------------------|
| Ποτέ | ☐ |
| χάνω ούρα πριν προλάβω να πάω στην τουαλέτα | ☐ |
| χάνω ούρα με τον βήχα ή το φτάρνισμα | ☐ |
| χάνω ούρα στον ύπνο | ☐ |
| χάνω ούρα όταν γυμνάζομαι ή δουλεύω | ☐ |
| χάνω ούρα αφού ουρήσω κανονικά | ☐ |
| χάνω ούρα χωρίς φανερή αιτία | ☐ |
| χάνω ούρα συνεχώς | ☐ |