

Stresová inkontinence, nebo hyperaktivní močový měchýř?

Pro správné zhodnocení svých obtíží nejdříve zodpovězte následující otázky. Každá otázka má 2 odpovědi – zakroužkujte číslo u odpovědi, která vás lépe vystihuje. Po zodpovězení všech otázek si sečtete body ve sloupcích nadepsaných stresová inkontinence a urgentní inkontinence.

Jméno:

Datum narození: **Datum vyplnění dotazníku:**

	Počet bodů – urgentní inkontinence	Počet bodů – stresová inkontinence
1. Jak často vám nechtěně uniká moč?		
zřídka, příležitostně		1
denně, několikrát denně, neustále	1	
2. Jak velké množství moči vám uniká?		
několik kapek		1
větší množství	1	
3. Unikání moči...		
mi vadí jen příležitostně		2
mě značně omezuje	1	
4. V jakých situacích vám uniká moč?		
při kašlání a kýčání		1
vsedě, vleže	1	
5. Ženy: Porodila jste děti? Muži: Podrobil jste se operaci prostaty?		
ano		1
ne	0	
6. Jak často musíte denně močit?		
každých 3–6 hodin		3
každé 1–2 hodiny	2	
7. Musíte močit i v noci?		
nikdy, jednou		2
2–4krát, častěji	3	
8. Uniká vám moč cestou na toaletu?		2
nikdy, zřídka	2	
téměř vždy		

9. Cítíte-li nutkání na močení, musíte se jít okamžitě vymočit, nebo můžete ještě počkat?		
mohu počkat, musím jít brzy (během 10–15 min.)		2
musím jít okamžitě	3	
10. Stává se, že pocítíte náhle silné nucení a krátce na to vám unikne moč, aniž byste tomu mohl/a zabránit?		
nikdy		2
příležitostně, často	3	
11. Uniká vám moč i v noci ve spánku?		
ne, nikdy		1
často, pravidelně	1	
12. Pociťujete časté, sotva potlačitelné nucení na močení?		
vlastně nikdy, někdy		2
často, velmi mě omezuje	3	
13. Časté, sotva potlačitelné nucení na močení...		
pro mě neznámá žádný problém		2
mě ruší, silně mě omezuje	2	
14. Máte pocit, že je močový měchýř po vymočení zcela prázdný?		
ano		1
ne	1	
15. Dokážete vůlí přerušit proud moče?		
ano		1
ne	2	
16. Kolik vážíte?		
více než 70 kg		2
méně než 70 kg	0	
Celkový součet:		

Poznámky:

Na druhé straně najdete diagram, ve kterém svislá část vyjadřuje stresovou inkontinenci (slabá – střední – silná), vodorovná část určuje urgentní inkontinenci (slabá – střední – silná). Tento diagram vám pomůže určit, jakým typem inkontinence trpíte a jak závažné vaše obtíže jsou.

Vyhodnocení dotazníku k inkontinenci

Počet bodů urgentní inkontinence (hyperaktivní močový měchýř)

		0-6	7-12	13-26
Počet bodů – stresová inkontinence	0-6		Převládá urgentní inkontinence Stupeň: STŘEDNÍ	Převládá urgentní inkontinence Stupeň: SILNÁ
	7-12	Převládá stresová inkontinence Stupeň: STŘEDNÍ	Inkontinence smíšená Stupeň: STŘEDNÍ	Inkontinence smíšená s převahou urgentní inkontinence Stupeň: SILNÁ
	13-26	Převládá stresová inkontinence Stupeň: SILNÁ	Inkontinence smíšená s převahou stresové inkontinence Stupeň: SILNÁ	

Zdroj: Gaudenz N. Der Inkontinenz Fragebogen mit dem neuen Urge- und Stress- Skore, Geburtsh, Frauenklinik 39, 1979 (784-782)

V případě, že jsou vaše obtíže střední až silné, doporučujeme návštěvu lékaře.

Pokud se po vyhodnocení dotazníku nalézáte v některém z růžových čtverců, je Vaším problémem také hyperaktivní močový měchýř (urgentní inkontinence), kterému se detailně věnují stránky www.musimcasto.cz. Na těchto stránkách máte také možnost objednat se k lékaři, který se touto problematikou zabývá.