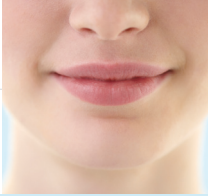
AQUEST SENZILL TEST POT AJUDAR-LA A DETECTAR LA INCONTINÈNCIA URINÀRIA



L'ICIQ (International Consultation on Incontinence Questionnaire) és un qüestionari autoadministrat que identifica les persones amb incontinència d'orina i l'impacte en la qualitat de vida.

Des de la nostra **Unitat de Sòl Pelvià**, posem a la seva disposició un equip de metges i fisioterapeutes espacialitzats en el **diagnòstic i el tractament de problemes d'incontinència urinària** i altres patologies del sòl pelvià

Respongui a les següents preguntes i comprobi si necessita consultar amb el seu ginecòleg.

1. Amb quina freqüència perd orina? *(marqui només una resposta).*

- ☐ Mai *(0 punts)*
- ☐ 1 vegada/setmana o menys *(1 punt)*
- ☐ 2-3 vegades/setmana *(2 punts)*
- ☐ Una vegada al dia *(3 punts)*
- ☐ Diverses vegades al dia *(4 punts)*
- ☐ Contínuament *(5 punts)*

2. Indiqui la seva opinió sobre la quantitat d'orina que vostè creu que se li escapa, és a dir, la quantitat d'orina que perd habitualment *(tant si porta protecció com si no). Marqui només una resposta.*

- ☐ No se me n'escapa gens *(0 punts)*
- ☐ Molt poca quantitat *(2 punts)*
- ☐ Una quantitat moderada *(4 punts)*
- ☐ Molta quantitat *(6 punts)*

3. En quina mesura aquestes pèrdues d'orina que té han afectat la seva vida diària?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Nada										*Mucho*

Puntuació de l'ICIQ-SF: Sumi les puntuacions de les preguntes 1+2+3=
Si la seva puntuació és superior a zero, consulti amb el seu ginecòleg. Ell és qui millor pot aconsellar-la.

4. Quand perd orina? Assenyali tot el que li passa a vostè.

- ☐ Mai.
- ☐ Abans d'arribar al bany.
- ☐ En tossir o esternudar.
- ☐ Mentre dorm.
- ☐ En fer esforços físics/exercici.
- ☐ Quan acaba d'orinar i ja s'ha vestit.
- ☐ Sense motiu evident.
- ☐ De manera contínua.

Salut de la dona Dexeus