

Vaagnapõhja funktsioonihäire indeks

Pelvic Floor Disability Index 20 (PFDI-20)

Palun vastake kõikidele järgnevatele küsimustele.

Küsimuste eesmärk on välja selgitada, kas Teil esineb teatud soole, põie ja vaagnapõhja allavaje sümptomeid ning kuivõrd need mõjutavad Teie elukvaliteeti.

Küsimustele vastates mõelge hinnatavate sümptomite esinemisele viimase 3 kuu jooksul ning tõmmake ring ümber sobivale vastusele.

PFDI-20 küsimustik koosneb 20 küsimusest.

Sümptomite esinemisel kaebuste ulatus:

1 = üldse mitte

2 = mõnevõrra

3 = mõõdukalt

4 = Suurel määral

Sümptomite puudumisel:

0 = puudub

Viimase 3 kuu jooksul esinenud sümptomid	Ei esine 0	Kui palju need sümptomid häirivad Teie igapäevast elu?			
		üldse mitte 1	mõne- võrra 2	mõõdu- kalt 3	suurel määral 4
Vaagnaelundite allavaje häirete hindamine 6 (POPDI-6)					
1. Kas esineb surve- või raskustunne alakõhus?	0	1	2	3	4
2. Kas esineb valu selja alaosas või alakõhus?	0	1	2	3	4
3. Kas tunnete allavajet või midagi tupest „välja tulemas“?	0	1	2	3	4
4. Kas peate soole täielikuks tühjendamiseks vajutama tupe või pärasoole piirkonda?	0	1	2	3	4
5. Kas tunnete et põis ei tühjene täielikult?	0	1	2	3	4
6. Kas peate allavajet tagasi lükkama selleks, et saaksite urineerida/põit tühjendada?	0	1	2	3	4

Viimase 3 kuu jooksul esinenud sümptomid	Ei esine 0	Kui palju need sümptomid häirivad Teie igapäevast elu			
		Üldse mitte 1	Mõne- võrra 2	Mõõdu- kalt 3	Suurel määral 4
Kolorektaal-päraaku häirete hindamine (CRAD-8)					
7. Kas peate soole tühjendamiseks kõvasti punnitama?	0	1	2	3	4
8. Kas tunnete, et pärast roojamist ei ole sool täielikult tühjenenud?	0	1	2	3	4
9. Kas konsistentsilt kõva väljaheite korral on roojapidamine raskendatud?	0	1	2	3	4
10. Kas konsistentsilt vedela väljaheite korral on roojapidamine raskendatud?	0	1	2	3	4
11. Kas esineb tahtmatut soolegaaside pidamatust?	0	1	2	3	4
12. Kas roojamisega kaasneb valu?	0	1	2	3	4
13. Kas roojamisvajaduse korral peate kiiresti jõudma WC-sse?	0	1	2	3	4
14. Kas esineb roojamise ajal või roojamise järgselt soole väljalangust?	0	1	2	3	4
Urineerimishäirete hindamine (UDI-6):					
15. Kas esineb sagenenud urineerimist?	0	1	2	3	4
16. Kas urineerimistungi korral kaasneb uriinileke enne tualetti jõudmist?	0	1	2	3	4
17. Kas uriinileke esineb köhimisel, aevastamisel või naermisel?	0	1	2	3	4
18. Kas uriinileke on tavaliselt väikeste kogustena (mõned tilgad)?	0	1	2	3	4
19. Kas esineb raskusi põie tühjendamisega?	0	1	2	3	4
20. Kas esineb valu või ebamugavustunnet alakõhus või suguelundite piirkonnas?	0	1	2	3	4

Küsimustik vaagnapõhja häirete mõju hindamiseks igapäevaelus (Pelvic Floor Impact Questionnaire - 7) PFIQ-7

Märkige iga küsimuse juures ristiga vastus, mis kirjeldab kõige paremini kuivõrd Teie igapäevaelu on mõjutatud Teie põie, soole ja vaagnapõhja allavajest tingitud sümptomite poolt viimase 3 kuu jooksul. Palun märkige vastus iga küsimuse järel kõigis kolmes tulbas.

Kuidas järgnevad sümptomid /seisundid mõjutavad Teie alltoodud tegevusi?	Põis/urineerimine UIQ-7	Sool/pärasool/ Roojamine CRAIQ-7	Vaagen/tupp POPIQ-7
1. Kodutööde tegemine: näiteks toiduvalmistamine, koristamine, pesu pesemine ja triikimine	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral
2. Füüsiline aktiivsus: treeningud, jalutamine, ujumine, jt	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral
3. Meelelahutuslikud üritused: kinos, teatris, kontserdil käimine	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral
4. Bussi- või autosõit kodust kaugemale, sõidu kestus rohkem kui 30 min	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral

5. Sotsiaalsed tegevused väljaspool kodu	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral
6. Vaimne tervis: närvilisus, depressioon jt.	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral
7. Üldine häiritud olek	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral	0 üldse mitte 1 mõnevõrra 2 mõõdukalt 3 suurel määral

**Vaagnapõhja elundite allavaje/ uriinipidamatuse mõju seksuaalelule
hindamise küsimustik
(Pelvic Organ Prolapse/Urinary Incontinence Sexual Function
Questionnaire) PISQ-12.**

See küsimustik käsitleb Teie seksuaalelu viimase 6 kuu jooksul.

Kogu informatsioon on konfidentsiaalne. Teie poolt antud vastuseid kasutab vaid Teie arst, et hinnata vaagnaelundite allavaje ja uriinipidamatuse mõju seksuaalfunktsioonile. analüüsima, mis on seksuaalelu puhul Teie jaoks oluline.

Palun valige iga küsimuse järel Teie jaoks kõige õigem vastus.

Kui Teil viimase 6 jooksul partner, kellega seksuaalelu elada puudus, siis jätke küsimustik vastamata.

1. Kui tihti tunnete seksuaaliha? Siia alla kuulub nii soov seksuaalvahekorra järele, seksuaalvahekorra planeerimine kui ka ärrituvus näiteks liiga harva oleva seksuaalvahekorra tõttu jt.

☐ Alati (0) ☐ Tavaliselt (1) ☐ Mõnikord (2) ☐ Harva (3) ☐ Mitte kunagi (4)

2. Kas Te jõuate oma partneriga seksuaalvahekorras olles orgasmini?

☐ Alati (0) ☐ Tavaliselt (1) ☐ Mõnikord (2) ☐ Harva (3) ☐ Mitte kunagi (4)

3. Kas Teid erutab seksuaalne tegevus oma partneriga?

☐ Alati (0) ☐ Tavaliselt (1) ☐ Mõnikord (2) ☐ Harva (3) ☐ Mitte kunagi (4)

4. Kuivõrd rahul Te olete oma praeguse seksuaalelu seksuaalsete tegevuste mitmekülgsusega ?

☐ Alati (0) ☐ Tavaliselt (1) ☐ Mõnikord (2) ☐ Harva (3) ☐ Mitte kunagi (4)

5. Kas Teil esineb valulikkust seksuaalvahekorra ajal?

☐ Alati (4) ☐ Tavaliselt (3) ☐ Mõnikord (2) ☐ Harva (1) ☐ Mitte kunagi

6. Kas Teil esineb seksuaalvahekorra ajal uriinileket?

☐ Alati (4) ☐ Tavaliselt (3) ☐ Mõnikord (2) ☐ Harva (1) ☐ Mitte kunagi

7. Kas hirm uriini või roojalekke ees piirab Teie seksuaalset aktiivsust?
- ☐ Alati (4) ☐ Tavaliselt (3) ☐ Mõnikord (2) ☐ Harva (1) ☐ Mitte kunagi
8. Kas Te väldite seksuaalvahekorda vaagnaorganite allavaje tõttu (tupp, põis, pärasool)?
- ☐ Alati (4) ☐ Tavaliselt (3) ☐ Mõnikord (2) ☐ Harva (1) ☐ Mitte kunagi
9. Kas Te tajute oma partneriga seksuaalvahekorras olles negatiivseid emotsioone – hirm, häbi, vastikus- või süütunne?
- ☐ Alati (4) ☐ Tavaliselt (3) ☐ Mõnikord (2) ☐ Harva (1) ☐ Mitte kunagi
10. Kas Teie partneril esineb Teie seksuaalelu mõjutavat ereksiooniprobleemi?
- ☐ Alati (4) ☐ Tavaliselt (3) ☐ Mõnikord (2) ☐ Harva (1) ☐ Mitte kunagi
11. Kas Teie partneril esineb Teie seksuaalelu mõjutavat enneaegset seemnepurset?
- ☐ Alati (4) ☐ Tavaliselt (3) ☐ Mõnikord (2) ☐ Harva (1) ☐ Mitte kunagi
12. Võrreldes varasemaga, kuivõrd intensiivsed/tugevad on Teie orgasmid viimase 6 kuu jooksul?
- ☐ Palju vähem intensiivne (4) ☐ Vähem intensiivne (3) ☐ Sama intensiivne (2)
- ☐ Intensiivsem (1) ☐ Palju intensiivsem (0)