

## INCONTINENZA URINARIA - QUESTIONARIO INTERNAZIONALE SULLA QUALITÀ DELLA VITA (IQoL)

L'International Quality of Life Questionnaire (IQoL) permette di valutare l'impatto dell'incontinenza urinaria sulla qualità della vita dei soggetti affetti da questo disturbo. Più il punteggio globale è basso tanto maggiore è l'impatto sulla qualità della vita.

**1. Ho paura di non poter arrivare in tempo al gabinetto.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**2. Ho paura di tossire o di starnutire a causa dei miei problemi urinari o dell'incontinenza.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**3. Devo stare attento(a) ad alzarmi dopo essere stato(a) seduto(a), a causa dei miei problemi.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**4. Mi preoccupa di sapere dov'è il gabinetto in luoghi in cui vado per la prima volta.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**5. Mi sento depresso(a) a causa dei miei problemi urinari o dell'incontinenza.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**6. Mi sento poco libero(a) di stare fuori casa per molto tempo a causa dei miei problemi urinari o di incontinenza.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**7. Mi sento scoraggiato(a) perché i miei problemi urinari o di incontinenza mi impediscono di fare ciò che voglio.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**8. Ho paura che gli altri sentano odore di urina su di me.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**9. I miei problemi urinari o di incontinenza sono per me un pensiero fisso.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**10. Per me è importante poter andare spesso al gabinetto.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**11. A causa dei miei problemi urinari o di incontinenza devo prevedere tutto nei minimi particolari.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**12. Ho paura che i miei problemi urinari o di incontinenza peggioreranno invecchiando.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**13. Mi è difficile dormire tranquillamente per una notte intera a causa dei miei problemi urinari o di incontinenza.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**14. Ho paura di trovarmi in situazioni imbarazzanti o umilianti a causa dei miei problemi urinari o di incontinenza.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**15. A causa dei miei problemi urinari o di incontinenza ho l'impressione di non essere una persona in buona salute.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**16. Mi sento indifeso(a) di fronte ai miei problemi urinari o di incontinenza.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**17. Gusto meno i piaceri della vita a causa dei miei problemi urinari o di incontinenza.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**18. Ho paura di bagnarmi.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**19. Mi sento come se non avessi nessun controllo della vescica (dell'urinare).**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**20. Devo stare attento(a) a quanto o a cosa bevo, a causa dei miei problemi urinari o di incontinenza.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**21. I miei problemi urinari o di incontinenza mi impediscono di mettermi i vestiti che voglio.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla

**22. Ho paura di avere rapporti sessuali a causa dei miei problemi urinari o incontinenza.**

- 1 moltissimo
- 2 molto
- 3 un po'
- 4 molto poco
- 5 per nulla