

Supplementary Table Turkish Version of M-ISI

Bu anket sizin üriner inkontinansı (istemsiz idrar kaçırma) rahatsızlığınızın seviyesini ölçmek için tasarlanmıştır. Lütfen, son bir ay içinde idrar alışkanlığınıza en uygun olduğunu düşündüğünüz cevabı her soru için işaretleyiniz.

Son 1 Ay İçerisinde	Asla	Nadiren	Bazen	Yaklaşık Yarı yarıya	Hemen Her Zaman
1) Ne sıklıkla herhangi bir fiziksel aktivite sırasında (örneğin ağırlık kaldırma, eğilme, oturma, kalkma gibi hareketler) idrar kaçırma şikayetiniz oldu?					
2) Ne sıklıkla hafif eşyaları kaldırma (örn: beş litrelik dolu su bidonu) sırasında idrar kaçırma şikayetiniz oldu?					
3) Ne sıklıkla yürüyüş ya da hafif spor/egzersiz yaparken idrar kaçırma şikayetiniz oldu?					
	Asla	Seyrek	Yaklaşık haftada bir defa	Yaklaşık günde bir defa	Günde bir defadan fazla
4) Ne sıklıkla mesanenizi tam boşaltamadığınız için idrar kaçırdınız?					
5) Ne sıklıkla ani sıkışma hissiyle beraber idrar kaçırdınız oldu?					
6) Ne sıklıkla zamanında tuvalete yetişemediğiniz için idrar kaçırdınız oldu?					
	Hiçbirsey	İnce ped ya da tuvalet kağıdı	Orta boy / Normal ped	En büyük boy ped	Tek kullanımlık emici iç çamaşırı
7) Islaklığa karşı korunmak için gün boyunca genellikle ne kullanıyorsunuz?					
	Hiç	Günde bir veya daha az, veya sadece tedbir için	Günde bir defa ve sıklıkla ıslanıyor	Günde 2-3 defa	Günde 4 veya daha fazla
8) Gün boyunca ıslaklığa karşı korunmak için ped, kağıt mendil ya da tek kullanımlık emici iç çamaşırından genellikle kaç tane kullanıyorsunuz?					
				<i>Toplam Şiddet Skoru:</i>	
	Asla	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
9) İdrar kaçırdığınızdan dolayı ne sıklıkla günlük işlerinizde değişiklik yapmak zorunda kaldınız?					
	Hiç problem olmadı	Çok küçük problem oldu	Küçük problem oldu	Orta derecede problem oldu	Büyük ölçüde problem oldu
10) Geçtiğimiz ay boyunca idrar kaçırdığınız sizin için ne kadar büyük bir sosyal soruna (sinirlilik, utanma, sosyal aktivitelerden kaçınma) sebep oldu?					
				<i>Toplam Rahatsızlık Skoru:</i>	

Abbreviation: M-ISI, Michigan Incontinence Severity Index.