

LURN SYMPTOM INDEX-29 (LURN SI-29)

التعليمات: يسألك هذا الاستبيان عن الأعراض البولية المختلفة. يرجى قراءة كل سؤال بعناية، ثم ضع دائرة حول الإجابة التي تصف الأعراض بشكل أفضل.

الجزء A

كل الوقت	معظم الوقت	نصف الوقت تقريبا	مرات قليلة	أبدا	
4	3	2	1	0	1. خلال الأيام السبعة الماضية ، كم مرة خسرت بشكل كامل السيطرة على المثانة؟
4	3	2	1	0	2. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة تسرب البول أو حدث بلب فوط سلس البول بعد الشعور بالحاجة المفاجئة للتبول؟
4	3	2	1	0	3. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة تسرب البول أو حدث بلب فوط سلس البول أثناء الضحك أو العطس أو السعال؟
4	3	2	1	0	4. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة تسرب البول أو حدث بلب فوط سلس البول عند ممارسة الأنشطة البدنية، مثل ممارسة الرياضة أو رفع جسم ثقيل؟
4	3	2	1	0	5. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة كان المشي بسرعتك المعتادة سببا لحدوث تسرب البول أو بلب فوط سلس البول؟

كل ليلة	معظم الليالي	نصف عدد الليالي	ليالي قليلة	أبدا	
4	3	2	1	0	6. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة تسرب فيها البول ليلا بما في ذلك بلب فوط سلس البول أو السرير؟

الجزء B

كل الوقت	معظم الوقت	نصف الوقت تقريبا	مرات قليلة	أبدا	
4	3	2	1	0	7. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة شعرت بالألم أو عدم الراحة في المثانة أثناء امتلاءها؟
4	3	2	1	0	8. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة شعرت بالألم أو عدم الراحة في المثانة عندما تكون ممتلئة؟
4	3	2	1	0	9. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة شعرت بالألم أو عدم الراحة أثناء التبول؟
4	3	2	1	0	10. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة شعرت بالألم أو عدم الراحة مباشرة بعد الانتهاء من التبول؟

LURN SYMPTOM INDEX-29 (LURN SI-29)

الجزء C

كل الوقت	معظم الوقت	نصف الوقت تقريبا	مرات قليلة	أبدا	
4	3	2	1	0	11. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة كان عليك الدفع عند التبول؟
4	3	2	1	0	12. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة حدث تأخير قبل أن تبدأ بالتبول؟
4	3	2	1	0	13. خلال الأيام السبعة الماضية، بمجرد أن بدأت بالتبول، كم مرة توقف تدفق البول ثم بدأ من جديد؟
4	3	2	1	0	14. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة كان تدفق البول بطيئاً أو ضعيفاً؟
4	3	2	1	0	15. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة كان لديك قطرة أو تقطر في نهاية تدفق البول؟

الجزء D

كل الوقت	معظم الوقت	نصف الوقت تقريبا	مرات قليلة	أبدا	
4	3	2	1	0	16. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة شعرت فجأة بالحاجة للتبول؟
4	3	2	1	0	17. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة كان من اللازم الإسراع للتبول خوفاً من تسرب البول؟

لا يستطيع الانتظار	صعب جدا	صعب الى حد ما	صعب قليلا	ليس صعبا	
4	3	2	1	0	18. خلال الأيام السبعة الماضية، بمجرد أن لاحظت الحاجة للتبول، كم كان من الصعب الانتظار أكثر من دقائق قليلة؟

الجزء E

أكثر من ثلاث مرات	2-3 مرات	مرة واحدة	لم يحدث	
3	2	1	0	19. خلال الأيام السبعة الماضية، كم عدد المرات التي استيقظت وتبولت خلال ليلة عادية؟ ضع دائرة حول الرقم هنا ←

كل ليلة	معظم الليالي	نصف عدد الليالي	مرات قليلة ليلا	أبدا	
4	3	2	1	0	20. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة استيقظت على الأقل مرة واحدة أثناء الليل لأنك اضطررت للتبول؟

LURN SYMPTOM INDEX-29 (LURN SI-29)

الجزء F

11 مرة أو أكثر في اليوم 3	10-8 مرات في يوم 2	7-4 مرات في يوم 1	3 مرات أو أقل في اليوم 0	21. خلال الأيام السبعة الماضية خلال ساعات الاستيقاظ ، كم عدد مرات التبول عادة؟ ضع دائرة حول الرقم هنا ←
أقل من ساعة واحدة 4	2-1 ساعات 3	4-3 ساعات 2	6-5 ساعات 1	أكثر من 6 ساعات 0
رغبة قوية 3	رغبة معتدلة 2	رغبة خفيفة 1	لا يوجد رغبة 0	22. خلال الأيام السبعة الماضية، خلال يوم عادي، كم الوقت الذي يمر عادة بين التبول؟ ضع دائرة حول الرقم هنا ←
لا 0	لا 0	لا 0	لا 0	23. خلال الأيام السبعة الماضية، كيف تصف حالة الرغبة المعتادة في التبول عندما تستيقظ أثناء الليل؟ ضع دائرة حول الرقم هنا ←
لا 0	لا 0	لا 0	لا 0	24. خلال الأيام السبعة الماضية، هل كانت لديك حاجة مستمرة للتبول لا تذهب؟ ضع دائرة حول الرقم هنا ←
لا 0	لا 0	لا 0	لا 0	لا 0

كل الوقت 4	معظم الوقت 3	نصف الوقت تقريبا 2	مرات قليلة 1	أبدا 0	25. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة شعرت أن المثانة لم تكن فارغة تماما بعد التبول؟
4	3	2	1	0	26. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة تقطرت بولاً بعد غلق سروالك أو رفع ملابسك الداخلية؟

4	3	2	1	0	للنساء فقط: 27أ. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة حدث رش أو تغير في اتجاه مجرى البول؟
4	3	2	1	0	للرجال فقط: 27ب. خلال الأيام السبعة الماضية، كم مرة حدث لك انقسام أو رش مجرى البول؟

منزعج للغاية 3	منزعج جدا 2	منزعج الى حد ما 1	غير منزعج على الإطلاق 0	28. خلال الأيام السبعة الماضية، ما مدى انزعاجك من الأعراض البولية؟ ضع دائرة حول الرقم هنا ←
-------------------	----------------	----------------------	----------------------------	--