

QUESTIONS DE FEMMES...

Pertes d'urine, sensation de poids dans le bas-ventre, douleurs... il est des soucis dont on n'ose pas toujours parler à son médecin. Pourtant, il peut vous proposer des traitements adaptés qui peuvent améliorer voire supprimer ces problèmes, même s'ils existent depuis longtemps.

Pendant le temps de votre attente, remplissez ce questionnaire, puis remettez-le à votre médecin ou praticienne en rééducation : il, elle saura vous conseiller.

(vous pouvez entourer les situations qui vous concernent ou écrire votre réponse si vous le désirez... vous pouvez aussi ne pas répondre à certaines questions si vous ne le souhaitez pas.)

Parlons de votre famille...

- Y a-t-il des femmes (votre maman, grand-mère, tante, sœur...) qui perdent leurs urines ?
- présentent un prolapsus (descente d'organe) ?

Parlons de vous...

- Combien avez-vous d'enfants ?

Petites histoires d'eau...

- Vous arrive-t-il de perdre vos urines :
 - quelques gouttes
 - abondamment.
- A quels moments perdez-vous vos urines ?

En marchant	En sautant	En toussant	En appelant très fort quelqu'un
En courant	En éternuant	En riant	En portant quelque chose de lourd
- Combien de fois par jour vous allez uriner ?
- Si vos enfants ou votre compagnon (... ou le chat !) ne vous réveillent pas la nuit, devez-vous vous lever pour aller uriner ? oui non
- Pouvez-vous arrêter volontairement le jet d'urine (stop-miction) ? oui non

- Vous arrive-t-il :
 - d'aller aux toilettes pour uriner et de ne pas y parvenir,
 - de devoir retourner uriner aussitôt sortie des toilettes,
 - d'éprouver des douleurs en urinant,
 - d'être obligée de courir aux toilettes alors que vous êtes en train de faire quelque chose,
 - d'uriner pendant que vous dormez ?
- Avez-vous besoin d'aller aux toilettes
 - si vous entendez couler de l'eau ou si vos pieds sont mouillés ?
 - lorsque vous changez de position ?

Quelques questions plus intimes

- Quand vous avez pris un bain, vous arrive-t-il de perdre de l'eau par le vagin alors que vous êtes déjà rhabillée ? oui non
- Quand vous marchez sans culotte (par exemple en chemise de nuit) entendez-vous un « clapotis » ? oui non
- Quand vous urinez, avez-vous les cuisses mouillées ? oui non
- Ressentez-vous une sensation de pesanteur :
 - dans le vagin,
 - plutôt vers l'anus,
 - un peu partout.
- Si oui, est-ce plutôt :
 - le soir,
 - quand vous êtes fatiguée, énervée, stressée,
 - avant après les règles.
- Devez-vous faire une manœuvre particulière pour aller correctement à la selle ?
- Pouvez-vous retenir vos selles et/ou vos gaz à votre convenance ?

Vous avez rempli tout ce long questionnaire, bravo !

Remettez-le à votre médecin ou à votre praticienne en rééducation.