

COZEAN PROTOKOL PRO SCREENING DYSFUNKCE PÁNEVNÍHO DNA

ZAŠKRTEJTE VŠE, CO SE VÁS TÝKÁ

- Někdy pociťuji bolest v pánevní oblasti (v genitáliích, hrází, pubické oblasti nebo oblasti močového měchýře), která přesahuje '3' na stupnici bolesti od 1 do 10, přičemž 10 je nejhorší představitelná bolest.
- Pamatuji si, že jsem spadl(a) na kostrč, spodní část zad nebo na hýždě (i v dětství).
- Někdy zažívám jeden nebo více následujících močových příznaků
 - Nechtěný únik moči
 - Pocit neschopnosti úplně vyprázdnit močový měchýř
 - Nutnost močení během několika minut po předchozím močení
 - Bolest nebo pálení při močení
 - Obtíže s nastartováním nebo častými zastávkami/a začátky proudění moči
- Často nebo občas musím v noci vstávat a močit dvakrát nebo vícekrát
- Někdy pociťuji pocit zvýšeného tlaku v pánevní oblasti nebo pocit, že mi pánevní orgány sklouzávají nebo vypadávají
- Mám historii bolestí v dolní části zad, kyčli, třísle nebo kostrči nebo jsem měl(a) ischias
- Někdy zažívám jeden nebo více následujících střevních příznaků
 - Ztráta kontroly nad střevy
 - Pocit neschopnosti úplně vyprázdnit střeva
 - Námaha nebo bolest při stolici
 - Obtíže s iniciováním střevního pohybu
- Někdy zažívám bolest nebo nepohodlí při sexuální aktivitě nebo pohlavním styku
- Sexuální aktivita zvyšuje jeden nebo více mých dalších příznaků
- Dlouhé sezení zvyšuje mé příznaky

POKUD JSTE ZAŠKRTLÍ 3 NEBO VÍCE KRUHŮ, JE PRVDOPODOBNE, ŽE MÁTE DYSFUNKCI PÁNEVNÍHO DNA. DOPORUČUJEME VYŠETŘENÍ U ODBORNÍKA ZAMĚŘENÉHO NA PÁNEVNÍ DNO.