

कोझिन पेल्विकच्या बिघडलेल्या कार्याचे तपासणी प्रोटोकॉल

सूचना: लागू होणारे सर्व तपासा

- मला कधी कधी ओटीपोटात वेदना होतात (जननेन्द्रियांमध्ये,पेरीनियम, जघन किंवा मूत्राशयाच्या भागात किंवा लघवी करताना वेदना) जी 1 ते 10 वेदना स्केलवर 3 पेक्षा जास्त असते,10 हि कल्पनेपेक्षा ही जास्त वेदना असते
- मला माझा शेपटीचा हाडावर पाठीच्या खालच्या बाजूला किंवा नितंबावर पडल्याचे आठवते (अगदी लहानपणीही)
- मला कधी कधी खालील पैकी एक किंवा अधिक लघवीची लक्षणे जाणवतात
 - नकळत लघवी गळती
 - माझे मूत्राशय पूर्णपणे रिकामे होऊ शकत नाही असे वाटणे
 - लघवी केल्यानंतर परत काही मिनिटांत लघवीस जावे लागणे
 - लघवी सोबत वेदना होणे किंवा जळजळ होणे
 - लघवीचा प्रवाह सुरू करणे किंवा वारंवार थांबणे /लघवी सुरू करणे
- मला अनेकदा किंवा अधून मधून रात्री दोन किंवा अधिक वेळा लघवी करण्यासाठी उठावे लागते
- मला कधीकधी ओटीपोटाचा दाब वाढल्याची किंवा माझ्या मयांग खाली घसरल्याची किंवा बाहेर पडण्याची संवेदना होते
- मला माझ्या पाठीच्या खालच्या भागात, नितंब, मांडीचा सांधा किंवा शेपटीच्या हाडात दुखण्याचा इतिहास आहे किंवा मला सायटिका आहे
- मला कधीकधी खालीलपैकी एक किंवा अधिक आंत्र लक्षणांचा अनुभव येतो
 - माझी आतडी पूर्णपणे रिकामी होऊ शकत नाही असे वाटणे
 - आतड्याची हालचाल करताना ताण किंवा वेदना
 - आतड्याची हालचाल सुरू करण्यात अडचण किंवा त्रास होणे
 - आतड्याची हालचाल सुरू करण्यात अडचण
- कधी कधी संभोग करताना किंवा लैंगिक क्रिया करताना त्रास किंवा अडचण वाटते
- लैंगिक क्रिया करताना माझा इतर लक्षणांपैकी एक किंवा अधिक लक्षणात वाढ होते
- जास्त वेळ बसल्याने माझी लक्षणे वाढतात

तुम्ही 3 किंवा अधिक वर्तुळे तपासली असल्यास, पेल्विक फ्लोर डिसफंक्शन होण्याची शक्यता आहे. पेल्विक फ्लोर रिहॅबिलिटेशन (PT/OT) प्रदात्याकडून केलेल्या मूल्यांकनाचा तुम्हाला फायदा होऊ शकतो