

Этот опрос создан для людей любого возраста и пола.  
Он направлен на выявление необходимости медицинской помощи для восстановления тонуса мышц тазового дна

## Мочевой пузырь

Отметьте ✓

- Испытываете ли вы подтекание мочи?
- Испытываете ли вы внезапные позывы к мочеиспусканию?
- Испытываете ли вы внезапные позывы к дефекации?
- Вы обычно мочитесь чаще, чем каждые 2 часа?
- У вас есть трудности с опорожнением мочевого пузыря?
- У вас есть проблемы с мочевым пузырем во время менструального цикла?

## Кишечник

Отметьте ✓

- Испытываете ли вы внезапные позывы к дефекации?
- У вас есть запоры или другие жалобы на кишечник?
- Вы сталкиваетесь с диареей или вздутием?
- Ваш менструальный цикл меняется из-за проблем с кишечником?
- Испытываете ли вы боль при дефекации?

## Сексуальная функция

Отметьте ✓

- Испытываете ли вы боль или дискомфорт во время секса (боль снаружи половых органов, более глубокие внутренние вагинальные боли, анальную боль, боль в животе или боль при оргазме)?
- Испытываете ли вы трудности или неспособность достичь оргазм?
- Испытываете ли вы дискомфорт при возбуждении?
- Испытываете ли вы трудности с генитальным возбуждением, например, как трудности с возбуждением и его поддержанием?

## Боль/давление

Отметьте ✓

- Испытываете ли вы постоянную боль в нижней части живота, пояснице, половых органах и/или копчике?
- Испытываете ли вы ощущение «что-то застряло» или ощущение тяжести в области таза во влагалище или прямой кишке?
- У вас есть боль при медицинских осмотрах, таких как гинекологические осмотры или трудности/ неспособность использовать тампон или менструальную чашу?
- Вы чувствуете болезненное вздутие живота?
- Вы пропускали школу/работу из-за болей во время месячных?

*Если вы отметили «Да» в одном или нескольких пунктах выше, у вас может быть дисфункция тазового дна.*

*Возьмите эту форму с собой к своему лечащему врачу или гинекологу (физиотерапевту)!*