



Dr Ali Beddouche

Chirurgien urologue · Andrologie · Sexologie

TÉMARA · MAROC

INFORMATION PATIENT · FICHE COMPLÉMENTAIRE · C089 · FR

Questionnaire de qualité de vie en urologie

01 Comprendre

Les chiffres d'un examen ne racontent pas toute votre vie. Sommeil, travail, déplacements, intimité et inquiétude peuvent être affectés par un trouble urologique. Les décrire aide à choisir des objectifs réalistes.

02 Comment faire le bilan ?

Avant la consultation, notez les activités gênées, ce que vous évitez et le changement qui vous importe le plus. Vous pouvez classer chaque gêne comme légère, moyenne ou forte, avec un exemple concret.

03 Que peut-on faire ?

Convenez de deux ou trois objectifs : mieux dormir, sortir sans crainte, réduire les fuites ou reprendre une activité. Réévaluez-les après traitement. Si nécessaire, l'équipe propose un questionnaire validé adapté.

PRÉCAUTIONS ET SIGNES D'ALERTE

Cette préparation est une aide au dialogue, pas un score validé ni un diagnostic. Ne minimisez pas une souffrance psychologique ; une aide est possible. Un danger immédiat pour vous-même nécessite une assistance urgente.

QUESTIONS À POSER

Demandez : quels objectifs sont atteignables et quand mesurerons-nous le progrès ?

RÉFÉRENCES · CONSULTÉES LE 04/10/2026

NHS · Santé sexuelle



تقييم أثر الأعراض البولية على جودة الحياة

01 لنفهم الحالة

لا تصف أرقام الفحوص حياتكم كلها. قد يؤثر الاضطراب البولي على النوم والعمل والتنقل والحميمية والقلق. وصف ذلك يساعد في اختيار أهداف واقعية.

02 كيف نقيّم الحالة؟

قبل الاستشارة دوّنوا الأنشطة المتأثرة وما تتجنبونه والتغير الأهم لكم. يمكن وصف الانزعاج بخفيف أو متوسط أو شديد مع مثال ملموس.

03 ما الذي يمكن فعله؟

اتفقوا على هدفين أو ثلاثة، مثل تحسين النوم أو الخروج بثقة أو تقليل التسرب أو استئناف نشاط. راجعوها بعد العلاج. عند الحاجة يقترح الفريق استبياناً معتمداً مناسباً.

الاحتياطات وعلامات الإنذار

هذا التحضير يساعد الحوار وليس درجة معتمدة أو تشخيصاً. لا تقللوا من المعاناة النفسية؛ توجد مساعدة. الخطر المباشر على أنفسكم يستلزم مساعدة عاجلة.

أسئلة للاستشارة

اسألوا: ما الأهداف الممكنة؟ ومتى نقيس التقدم؟