Hastanın adı-soyadı:

Tarih:

Konstipasyon Ciddiyet Ölçeği (KCÖ)

Lütfen aşağıdaki sorulardan size en uygun olan tek yanıtı işaretleyiniz.

Dışkı tıkanıklığı alt Ölçeği

1. **Yetersiz Dışkılama (Bağırsakları tam boşaltamama):**

A) Bağırsakları tam boşaltamama sorununu ne sıklıkta yaşarsınız?

0	1	2	3	4
Asla bu sorunu yaşamam. (2.soruya geçiniz.)	Nadiren bu sorunu yaşarım.	Bazen bu sorunu yaşarım.	Genellikle bu sorunu yaşarım	Her zaman bu sorunu yaşarım.

B) Bu belirti (bağırsakları tam boşltamama) sizin için ne kadar ciddidir?

1	2	3	4	5
Hiç ciddi değil. (Çoğu zaman bu tür bir dışkılama sorunum yoktur.)	Hafif	Biraz ciddi (Büyük abdeste çıktıktan sonra hala bağırsaklarımda dışkı kalır.)	Ciddi	Son derece ciddi (Dışkı nedeni ile makatımda sürekli basınç hissederim / tekrar tekrar tuvalete giderim.)

C) Bu durum, sizi ne kadar rahatsız eder?

1	2	3	4	5
Hiç rahatsız etmez.	Biraz rahatsız eder	Oldukça rahatsız eder.	Çok rahatsız eder.	Son derece rahatsız eder

2. Dışkılamada zorluk/güçlük:

A) Dışkılama sırasında zorluğu/güçlüğü hangi sıklıkla hissedersiniz?

0	1	2	3	4
Asla hissetmem. (3.soruya geçiniz.)	Nadiren hissederim.	Bazen hissederim	Genellikle hissederim.	Her zaman hissederim.

B) Bu durum sizin için ne kadar ciddidir?

1	2	3	4	5
Hiç ciddi değil. (Biraz ıkınıyorum.)	Hafif	Oldukça ciddi (Ciddi şekilde ıkınıyorum.)	Ciddi	Son ciddi (Karnımı bastırıyorum inliyorum ve ciddi şekilde ıkınıyorum.)

C) Bu durum sizi ne kadar rahatsız eder?

1	2	3	4	5
Hiç rahatsız etmez.	Biraz rahatsız eder.	Oldukça rahatsız eder.	Çok rahatsız eder.	Son derece rahatsız eder.

3. Kalın Bağırsak Tembelliği Alt Ölçeği

Bağırsak alışkanlığında sıkıntı yaşadığınız bir dönemi düşünün: Bir ay boyunca, genellikle kaç kez büyük abdeste çıkarsınız? (Lütfen sadece bir tanesini işaretleyiniz.)

❑1 Bağırsak alışkanlıklarımda asla sıkıntı yaşamam.
❑2 Her gün büyük abdeste çıkarım.
❑3 Haftada birkaç kez büyük abdeste çıkarım.
❑4 Haftada bir kez büyük abdeste çıkarım.
❑5 İki haftada bir kez büyük abdeste çıkarım.
❑6 Ayda bir kez büyük abdeste çıkarım.

Pelvik Ağrı ve Endometriozis Derneği

4. 3 günde bir kereden daha az dışkılama:

A) "3 günde bir kereden daha az dışkılama" sorununu hangi sıklıkla hissedersiniz?

0	1	2	3	4
Asla hissetmem. (4.soruya geçiniz.)	Nadiren hissederim.	Bazen hissederim	Genellikle hissederim.	Her zaman hissederim.

B) Bu belirti (dışkılamanın sık olmaması) sizin için ne kadar ciddidir?

1	2	3	4	5
Hiç ciddi değil. (Hemen hemen her gün büyük abdeste çıkarım.	Hafif	Biraz ciddi. (Haftada 1-2 kez büyük abdeste çıkarım.)	Ciddi	Son derece ciddi (4 haftaya kadar büyük abdeste çıkamadığım olur.)

C) Bu belirti (dışkılamanın sık olmaması) sizi ne kadar rahatsız eder?

1	2	3	4	5
Hiç rahatsız etmez.	Biraz rahatsız eder.	Oldukça rahatsız eder.	Çok rahatsız eder.	Son derece rahatsız eder.

5. Boşaltım Gereksinimi Hissinde Yetersizlik:

A) Büyük abdestinizin geldiğini hissetmeme sorununuz, sizin için ne kadar ciddidir?

0	1	2	3	4
Asla böyle sorunum olmaz.	Hiç sorun değil. (Boşaltım ihtiyacımı gayet iyi hissederim.)	Hafif	Biraz ciddi bir sorun (Boşaltım ihtiyacını belli belirsiz hissedebilirim.)	Ciddi bir sorun

B) Büyük abdestinizin geldiğini hissetmeme sorununuz, sizi ne kadar rahatsız eder?

0	1	2	3	4
Asla rahatsız etmez.	Hiç rahatsız etmez.	Biraz rahatsız eder.	Oldukça rahatsız eder.	Çok rahatsız eder.

Ağrı Alt Ölçeği:

Bağırsak Sorunlarına Bağlı Makat Ağrısı:

6. Geçen ay boyunca, ortalama olarak, makatınızdaki ağrı ne kadar şiddetliydi?

0	1	2	3	4
Ağrı hissetmedim.	Hafif	Biraz şiddetli	Şiddetli	Son derece şiddetli

7. Şu an, makatınızdaki ağrı düzeyini belirtiniz?

0	1	2	3	4
Ağrı yok	Hafif	Biraz şiddetli	Şiddetli	Son derece şiddetli

8. Makatınızdaki ağrıdan dolayı ne kadar rahatsızsınız?

0	1	2	3	4
Hiç rahatsız değilim.	Hafif	Biraz rahatsızım	Ciddi	Çok ciddi rahatsızım.

9. Geçen ay boyunca, büyük abdeste çıkarken veya sonrasında ne sıklıkta kanamanız oldu?

0	1	2	3	4
Asla	Nadiren	Ara sıra	Genellikle	Her zaman

KCÖ skoru:

Pelvik Ağrı ve Endometriozis Derneği

KCÖ Nasıl Hesaplanır?

Ölçek kapsamında toplamda 16 adet soru bulunmaktadır. KCÖ, Kalın Bağırsak Tembelliği, Dışkı Tıkanıklığı ile Ağrı alt boyutu kapsamaktadır. Kalın Bağırsak Tembelliği boyutu kapsamında puan 0 ile 29 arasında, Dışkı Tıkanıklığı boyutu kapsamında puan 0 ile 28 arasında, Ağrı boyutunda puan ise 0 ile 16 arasında olmaktadır. Bu bağlamda KCÖ kapsamında alınabilecek en düşük puan 0 iken en yüksek puan ise 73 olmaktadır. Ölçekten alınmış olan puanların fazla olması semptomların ciddi seviyede olduğunu ortaya koymaktadır.

Pelvik Ağrı ve Endometriozis Derneği