

Hastanın adı-soyadı:

Tarih:

Konstipasyon Yaşam Kalitesi Ölçeği (KYKÖ)

Aşağıdaki sorular son 2 hafta boyunca kabızlığın günlük hayatınızdaki etkilerini ölçmek için düzenlenmiştir. Lütfen her soru için yalnızca bir kutuya işaret koyunuz.

Aşağıdaki sorular kabızlığa bağlı şikayetlerinizi sorgulamaktadır. Geçen 2 hafta boyunca ne ölçüde ya da yoğunlukta;					
	Hiç	Oldukça az	Biraz	Oldukça fazla	Çok fazla
1. Patlama derecesinde şişkinlik hissettiniz?					
2. Kabız olduğunuz için ağırlık hissettiniz?					
Bundan sonraki bir kaç soru kabızlık şikayetinizin günlük hayatınızı nasıl etkilediği hakkında sorulmaktadır. Son 2 hafta boyunca ne sıklıkta;					
	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
3. Herhangi bir fiziksel rahatsızlık hissettiniz?					
4. Büyük abdest yapmaya ihtiyaç duyduğunuz halde yapamadığınız oldu?					
5. Diğer insanlarla birlikte olmaktan utandınız?					
6. Büyük abdestinizi yapamadığınız için yemek miktarınızı azalttınız?					
Bundan sonraki bir kaç soru kabızlığın günlük yaşamınızı nasıl etkilediği hakkında sorulmaktadır. Son 2 hafta boyunca ne ölçüde ya da sıklıkta;					
7. Yediklerinize dikkat etmek zorunda hissettiniz?					
8. İştahınız azaldı?					
9. Ne yemeniz gerektiğini seçmek konusunda endişelendiniz? (Örneğin bir arkadaşınızın evinde)					
10. Ev dışında her hangi bir yerde çok uzun süre tuvalette kalmanızdan dolayı utandınız?					
11. Ev dışında bir yerde tuvalete çok sık gitmekten utandınız?					

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
12. Günlük rutin yaşantınızı değiştirmeniz gerektiği konusunda kaygılarınız oldu? (Örneğin; seyahat etmek, evden dışarı çıkmak gibi)					
Bundan sonraki bir kaç soru kabızlığın günlük yaşamınızı nasıl etkilediği hakkında sorulmaktadır. Son 2 hafta boyunca ne ölçüde ya da sıklıkta;					
	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
13. Durumunuzdan dolayı huzursuz hissettiniz?					
14. Durumunuzdan dolayı üzgün hissettiniz?					
15. Durumunuz kafanıza takıldı?					
16. Durumunuzdan dolayı stresli hissettiniz?					
17. Durumunuzdan dolayı kendinize güveninizin azaldığını hissettiniz?					
18. Durumunuzun kontrolünüz altında olduğunu hissettiniz?					
Bundan sonraki bir kaç soru kabızlıkla ilgili hissettikleriniz hakkında sorulmaktadır. Son 2 hafta boyunca ne ölçüde ya da sıklıkta;					
	Hiç	Oldukça az	Biraz	Oldukça fazla	Çok fazla
19. Büyük abdest yapmaya gideceğinizi bilememekten endişelendiniz?					
20. Büyük abdestinizi yapamayacağınızdan endişelendiniz?					
21. Büyük abdestinizi yapamamaktan dolayı rahatsızlığınız arttı?					

Bundan sonraki bir kaç soru kabızlıkla ilgili hissettikleriniz hakkında sorulmaktadır. Son 2 hafta boyunca ne sıklıkta;

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
22. Durumunuzun kötüye gideceğini düşünerek kaygılandınız?					
23. Vücudunuzun gerektiği gibi çalışmadığını hissettiniz?					
24. İsteddiğinizden daha az büyük abdest yaptınız?					

Bundan sonraki birkaç soru kabızlık sorunuzla ilgili memnuniyet derecenizi sorgulamaktadır. Son 2 hafta boyunca ne ölçüde ya da sıklıkta;

25. Büyük abdest yaptığınızda rahatlamış hissettiniz?					
26. Büyük abdest düzeninizden memnun oldunuz?					
27. Yiyeceklerin barsaklarınızdan geçiş süresinden (sindirim süresinden) memnun oldunuz?					
28. Tedavinizden memnun kaldınız					

KYKÖ skoru:

KYKÖ Nasıl Hesaplanır?

KCÖ 28 maddeden oluşmaktadır. “Endişe/kaygı” (11 madde), “fiziksel rahatsızlık” (4 madde), “psikososyal rahatsızlık” (8 madde), “memnuniyet” (5 madde) alt ölçeklerinden oluşan kendini değerlendirme ölçeğidir.

Beşli Likert tipindeki ölçeğin madde puanları 1 ila 5 arasında değişmektedir. Ölçeğin birinci ve beşinci bölümünü hastalar “Hiç (1)”, “Oldukça az (2)”, “Biraz (3)”, “Oldukça fazla (4)” ve “Çok fazla (5)” şeklinde yanıtlarken, ikinci, üçüncü, dördüncü ve altıncı bölümlerinde “Hiçbir zaman (1)”, “Nadiren (2)”, “Bazen (3)”, “Çoğu zaman (4)”, “Her zaman (5)” seçenekleri arasından kendisi için en uygun olanı seçmesi istenmiştir.

Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 140, en düşük puan 28’dir. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe yaşam kalitesinin de olumsuz etkilendiği düşünülmektedir.