

**Internationaler Prostata Symptomen-Score (IPSS)** - Herausgegeben von der Deutschen Gesellschaft für Urologie e.V. als offizieller urologischer Bewertungsstandard für Beschwerden des unteren Harntraktes bei gutartiger Prostatavergrößerung.

**Bitte kein falscher Stolz bei Prostata-Beschwerden!** Dieser Test soll Ihnen dabei helfen, eines der häufigsten Männerleiden in der 2. Lebenshälfte - die gutartige Prostatavergrößerung - frühzeitig zu erkennen. Sie erhalten einen Hinweis über die Schwere Ihrer Erkrankung und die Notwendigkeit einer ärztlichen Behandlung.

Die Angaben beziehen sich auf die letzten 4 Wochen

niemals      seltener als in einem von fünf Fällen      seltener als in der Hälfte aller Fälle      ungefähr in der Hälfte aller Fälle      in mehr als der Hälfte aller Fälle      fast immer

**Bitte ankreuzen**

1. Wie oft hatten Sie das Gefühl, dass Ihre Blase nach dem Wasserlassen nicht ganz entleert war?	0	1	2	3	4	5
2. Wie oft mussten Sie innerhalb von 2 Stunden ein zweites Mal Wasser lassen?	0	1	2	3	4	5
3. Wie oft mussten Sie beim Wasserlassen mehrmals aufhören und wieder neu beginnen?	0	1	2	3	4	5
4. Wie oft hatten Sie Schwierigkeiten, das Wasserlassen hinauszuzögern?	0	1	2	3	4	5
5. Wie oft hatten Sie einen schwachen Strahl beim Wasserlassen?	0	1	2	3	4	5
6. Wie oft mussten Sie pressen oder sich anstrengen, um mit dem Wasserlassen zu beginnen?	0	1	2	3	4	5
7. Wie oft sind Sie im Durchschnitt nachts aufgestanden, um Wasser zu lassen?	niemals 0	einmal 1	zweimal 2	dreimal 3	viermal 4	≥ fünfmal 5

Zur Ermittlung des Gesamt-IPSS-Scores einfach die zutreffenden Ziffern zusammenzählen

**Gesamt-IPSS-Score  $\Sigma$  =**

**Beeinträchtigung der Lebensqualität durch Harntraktsymptome**

ausgezeichnet      zufrieden      überwiegend zufrieden      gemischt, teils zufrieden, teils unzufrieden      überwiegend unzufrieden      unglücklich      sehr schlecht

Wie würden Sie sich fühlen, wenn sich Ihre jetzigen Symptome beim Wasserlassen in Ihrem weiteren Leben nicht mehr ändern würden?	0	1	2	3	4	5	6
--	---	---	---	---	---	---	---

**Lebensqualität Index L=**

## **Testauswertung:**

(Gesamt-IPSS-Score)

### **Bitte beachten Sie:**

Der Test dient nur zur groben Einschätzung Ihrer Beschwerdesymptomatik und ersetzt nicht die Diagnose Ihres Arztes. Verschlechtert sich die Punktezahl bei Wiederholung des Testes, wenden Sie sich bitte unmittelbar an Ihren Arzt.

Je früher Sie die Ursache Ihrer Beschwerden kennen, desto besser sind die Aussichten auf Beschwerdebesserung. Fragen Sie deshalb auch Ihren Arzt, was Sie selbst tun können.

### **20-35 Punkte:**

Ihre Beschwerden des unteren Harntraktes beeinträchtigen Sie sehr stark und sind nach offizieller Einteilung der schweren Symptomatik zugeordnet. Bitte sprechen Sie umgehend mit Ihrem Arzt darüber.

### **8-19 Punkte:**

Ihre Beschwerden des unteren Harntraktes beeinträchtigen Sie schon stark und sind nach offizieller Einteilung der mittleren Symptomatik zugeordnet. Bitte sprechen Sie umgehend mit Ihrem Arzt darüber.

### **0-7 Punkte:**

Ihre Beschwerden des unteren Harntraktes sind nach offizieller Einteilung der milden Symptomatik zugeordnet. Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt darüber und wiederholen Sie diesen Test noch einmal nach 4 Wochen.