

**BPH SYMPTOMS CAN  
DRAG YOU DOWN.**

**HAD ENOUGH?**



**TRY PROSTATE PERFORM**

**TRACK YOUR PROGRESS**

**SUBMIT AND WIN!**

**TO RULE OUT PROSTATE CANCER, PLEASE REFER TO YOUR DOCTOR FOR A PSA TEST.**

NEW USERS: Please complete Parts 1 and 2

CURRENT USERS: Please complete ONLY Part 2

**PART 1—New Users Only**

BPH Symptom Score Tracker	Not at all	Less than 1 time in 5	Less than half the time	About half the time	More than half the time	Almost always	Your initial score	Taking 2 Prostate Perform daily		
								After 7 days	After 14 days	
<b>Incomplete Voiding</b> It does not feel like I empty my bladder all the way.	0	1	2	3	4	5				
<b>Frequency</b> I have to go again less than two hours after I finish urinating.	0	1	2	3	4	5				
<b>Intermittency</b> I stop and start again several times when I urinate.	0	1	2	3	4	5				
<b>Urgency</b> It is hard to wait when I have to urinate.	0	1	2	3	4	5				
<b>Weak Stream</b> I have a weak urine stream.	0	1	2	3	4	5				
<b>Straining</b> I have to push or strain to begin urination.	0	1	2	3	4	5				
	Never	1 time	2 times	3 times	4 times	5 times or more	Your score	After 7 days	After 14 days	
<b>Nocturia</b> I get up to urinate after I go to bed until the time I get up in the morning.	0	1	2	3	4	5				
<b>Total Score of All 7 Symptoms</b>										
Total score: 0–7 mildly symptomatic; 8–19 moderately symptomatic; 20–35 severely symptomatic.										
<b>Quality of life due to urinary symptoms</b>	Delighted	Pleased	Mostly satisfied	Neutral	Slightly unhappy	Very unhappy	Terrible	Your score	After 7 days	After 14 days
If you were to spend the rest of your life with your urinary condition just the way it is now, how would you feel?	0	1	2	3	4	5	6			

**PART 2—All Users**

First Name:		Last Name:	<b>NOT REQUIRED</b>	Age:	
City:		Province:			
Which prostate products have you tried before:					
For a chance to win a 30-day supply of Prostate Perform, share your thoughts on its effectiveness:					

Send a picture of this page, properly completed, to prostate+web@newrootsherbal.com. One winner for every 10 surveys received by January 15, 2024. Winners will be announced by email by January 30, 2024. Limit of 1 entry per person. For more information, visit prostateperform.ca.

LES SYMPTÔMES DE L'HBP  
PEUVENT VOUS RALENTIR.

VOUS EN AVEZ  
ASSEZ ?



ESSAYEZ PROSTATE  
PERFORME

SUIVEZ VOTRE ÉTAT

ENVOYEZ ET GAGNEZ !

Pour éliminer un diagnostic de cancer de la prostate, consultez votre médecin pour un test de PSA.

NOUVEAUX UTILISATEURS : Veuillez compléter les Parties 1 et 2

UTILISATEURS PRÉSENTS : Veuillez compléter la Partie 2 SEULEMENT

**PARTIE 1 – Nouveaux utilisateurs seulement**

Suivi des symptômes de l'HBP	Jamais	Moins d'une fois sur cinq	Moins de 50 % du temps	Environ 50 % du temps	Plus de 50 % du temps	Presque toujours	Votre score initial	Avec 2 Prostate Performe par jour		
								Après 7 jours	Après 14 jours	
<b>Vidange incomplète</b> Je n'ai pas l'impression de vider ma vessie complètement.	0	1	2	3	4	5				
<b>Fréquence</b> Je dois y retourner moins de deux heures après avoir fini d'uriner.	0	1	2	3	4	5				
<b>Intermittence</b> Je m'arrête et recommence plusieurs fois lorsque j'urine.	0	1	2	3	4	5				
<b>Urgence</b> C'est difficile d'attendre quand je dois uriner.	0	1	2	3	4	5				
<b>Débit faible</b> J'ai un faible jet d'urine.	0	1	2	3	4	5				
<b>Force</b> Je dois pousser ou forcer pour commencer à uriner.	0	1	2	3	4	5				
	Jamais	1 fois	2 fois	3 fois	4 fois	5 fois ou plus	Votre score	Après 7 jours	Après 14 jours	
<b>Nycturie</b> Je me lève pour uriner après m'être couché pour la nuit.	0	1	2	3	4	5				
<b>Score total des 7 symptômes</b>										
Score total : 0-7 symptômes légers; 8-19 symptômes modérés; 20-35 symptômes sévères.										
<b>Qualité de vie due aux symptômes urinaires</b>	Ravi	Heureux	Plutôt satisfait	Neutre	Un peu mal	Vraiment mal	Terrible	Votre score	Après 7 jours	Après 14 jours
Si vous deviez passer le reste de votre vie avec votre problème urinaire présent, comment vous sentiriez-vous?	0	1	2	3	4	5	6			

**PARTIE 2 – Tous les utilisateurs**

Prénom : \_\_\_\_\_ Nom de famille : **NON REQUIS** Âge : \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_ Province : \_\_\_\_\_

Quels produits pour la prostate avez-vous déjà essayés? \_\_\_\_\_

Pour avoir une chance de gagner un approvisionnement de 30 jours de Prostate Performe, partagez votre avis sur son efficacité : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Envoyez une photo de cette page, dûment complétée, à prostate+web@newrootsherbal.com. Un gagnant pour 10 sondages reçus d'ici le 15 janvier 2024. Les gagnants seront annoncés par courriel d'ici le 30 janvier 2024. Limite d'une inscription par personne. Pour plus d'informations, visitez prostateperform.ca.