

Dzienniczek mikcji

Imię

Nazwisko

Data _ _ - _ _ - _ _ _ _

W dzienniczku mikcji pacjent/ka odnotowuje czas oddania moczu i jego objętość (w ml), liczbę przyjętych płynów w ciągu dnia, liczbę zużytych wkładek higienicznych, a także takie zdarzenia, jak parcia naglące i epizody gubienia moczu.

Dzień	Godzina	Ilość moczu oddanego (ml)	Parcie naglące (tak/nie)	Gubienie moczu (tak/nie)	Ilość przyjętych płynów (ml)	Uwagi (inne objawy, liczba zużytych wkładek)

Ilość moczu oddanego do toalety: np. 20 ml, 30 ml, 40 ml, 50 ml, 100 ml itd. Aby rozmiar był właściwie określony, zalecane jest oddanie moczu do menzurki lub pojemnika z miarką.

Ilość przyjętych płynów: filiżanka – ok. 150 ml, szklanka – ok. 200 ml, kubek – ok. 300 ml, talerz zupy – ok. 250-400 ml. Pomiar ilości wypijanych napojów powinien również uwzględniać płynne pokarmy (np. zupy, jogurty itp.)