

IMIĘ I NAZWISKO:.....

DATA:.....

DZIENNICZEK MIKCJI

GODZINA	ILOŚĆ ODDANEGO MOCZU (ml)	ILOŚĆ PRZYJĘTYCH PŁYNÓW (ml)	EPIZODY NIETRZYMANIA MOCZU	UWAGI np. mocz oddany w nocy, parcia naglące, ekspozycja na zimno, konkretne napoje lub potrawy itp.
SUMA				

Ilość zużytych w ciągu dnia wkładek higienicznych/pieluchomajtek/pieluch:.....

INSTRUKCJA

- dzienniczek mikcji, w zależności od wskazań lekarza lub fizjoterapeuty prowadzącego, należy wykonać przez kolejne 1-7 dni.
- w dni, w które uzupełniamy dzienniczek mikcji nie zmieniamy niczego w swoich normalnych, codziennych nawykach żywieniowych
- odnotujemy wszystkie spożywane płyny czyli np. również zupy.
- dzienniczek mikcji rozpoczynamy od pierwszego moczu oddanego po przebudzeniu rano i kończymy na ostatnim oddanym wieczorem lub w nocy przed przebudzeniem
- mocz należy oddawać do pojemniczka lub naczynia zawierającego miarkę. Możliwe jest też oddanie moczu do pojemniczka, z którego dopiero potem będzie on przelewany i oceniany w naczyniu posiadającym odpowiednią miarkę.
- należy odnotowywać jeśli mikcja (czyli oddanie moczu) było poprzedzone nagłym, silnym parciem na mocz; jeśli poprzedziło je konkretne pożywienie (np. kawa, alkohol, ostre potrawy) lub jakaś konkretna sytuacja (np. silna sytuacja stresowa, ekspozycja na zimno, jazda na rowerze).
- w przypadku epizodów nietrzymania moczu należy w odpowiednim polu odnotować ten fakt pionową kreską
- u pacjentów nietrzymających moczu należy zakreślić to czym się zabezpieczają (tzn. wkładki higieniczne, pieluchomajtki lub pieluchy) oraz na bieżąco pionowymi kreskami odnotowywać fakt założenia nowego medycznego wyrobu chłonnego.