

# Dziennik Mikcji

**DZIENNIK MIKCYJNY** to inaczej dziennik pracy pęcherza. Stanowi on ważną pomoc dla Ciebie i lekarza.

Dzienniczek mikcyjny jest **prostym i nieinwazyjnym badaniem**, które pozwala urologowi określić stopień nasilenia dolegliwości i ukierunkować dalsze leczenie lub diagnostykę. Umożliwi on też obserwację postępów w leczeniu.

Przez kolejne 3 dni uzupełniaj dziennik i zabierz go ze sobą na następną wizytę u lekarza.

## **Jest to całkiem proste:**

- W odpowiednią kratkę godzinową wpisujemy ilość wypitego płynu oraz ilości oddanego moczu. W przypadku, gdy nie można dokładnie zmierzyć ilości oddanego moczu kontrolowanego czy też wycieku, należy zastosować poniższe symbole:

X: niewielka ilość (= 100 ml)

XX: średnia ilość (= 100 –250 ml)

XXX: duża ilość (= ponad 250 ml)

Należy dodatkowo zaznaczyć, czy odczuwasz parcie na mocz, czy oddajesz mocz w toalecie czy też został oddany w sposób niekontrolowany a może była przy tym jakaś aktywność np. śmiech, kaszel, wysięk fizyczny.

**PAMIĘTAJ** aby zabrać ze sobą dzienniczek na kolejną wizytę u lekarza.

	Godzina	Ilość wypitych płynów* (w ml)	Ilość oddanego moczu (w ml)	Parcie na mocz	Toaleta	Nie-kontrolowane	Poziom wycieku	Aktywność
DATA.....	00 - 01							
	01 - 02					X	XX	
	02 - 03							
	03 - 04		X	X	X			
	04 - 05							
	05 - 06	200						
	06 - 07	200	XX			X	XXX	WYSIŁEK
	07 - 08							
	08 - 09							
	09 - 10							
	10 - 11							
	11 - 12	200	X	X	X			
	12 - 13	300						
	13 - 14		X	X	X			
	14 - 15	200						
	15 - 16	200		X				
	16 - 17		X	X	X			
	17 - 18			X	X	X	X	KASZEL
	18 - 19	300						
	19 - 20		XXX	X	X			
	20 - 21		X					
	21 - 22	100						
	22 - 23		X		X		X	
	23 - 00							

\* Ilość wypitego płynu: zwykła filiżanka = 100 ml;  
duża filiżanka = 200 ml;

zwykła szklanka = 200 ml;  
duża szklanka = 300-400 ml.



Hurtownia Medyczna Lemar ul. Kołobrzaska 50, 10-434 Olsztyn tel./fax 89 533 88 50

[www.lemar.olsztyn.pl](http://www.lemar.olsztyn.pl)