Mikční deník *Ɛ*UROGYN MUDr.Ivan Huvar s.r.o.

 Jiráskova 255/55, 60200 Brno

 Tel.541 233 731, www.eurogyn.cz

Jméno a příjmení: Datum narození:

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Datum** | **Čas** | **Příjem tekutin v ml** | **Objem moči v ml\*** | **Nutkání na močení**+ ++ | **Nežádoucí únik moči**+ ++ | **Při jaké činnosti došlo k úniku moči** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Datum** | **Čas** | **Příjem tekutin v ml** | **Objem moči v ml\*** | **Nutkání na močení**+ ++ | **Nežádoucí únik moči**+ ++ | **Při jaké činnosti došlo k úniku moči** |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**Příklad**

**Příjem tekutin:** Odhadněte prosím pokud možno přesně, jaké množství tekutiny jste vypila. Orientačně Vám mohou pomoci následující údaje: šálek kávy - 100 ml, pohár, hrnek - 200 ml, sklenice vody - 200 ml.

**Objem moči v ml:** k měření objemu moči používejte jednoduchou odměrku. Do příslušného sloupce uveďte naměřenou hodnotu.

\*Objem moči lze zjistit i zvážením mokré pleny na běžné kuchyňské váze (váha mokré pleny minus váha suché pleny). Získanou hodnotu uveďte do příslušného sloupce v gramech a doplňte písmeno “P”.

**Nutkání na močení:** Když pociťujete nucení na močení, poznamenejte do příslušného sloupce “+” pro silné a “++” pro velmi silné nutkání.

**Nežádoucí únik moči:** Zaznamenejte prosím, pokud vám unikne moč

. “+” představuje slabý únik moči, “++” silný únik moči.

**Při jaké činnosti došlo k úniku moči:** do sloupce vepište činnost, při které k úniku moči došlo.

Přejeme Vám brzké uzdravení!

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Datum** | **Čas** | **Příjem tekutin v ml** | **Objem moči v ml\*** | **Nutkání na močení**+ ++ | **Nežádoucí únik moči**+ ++ | **Při jaké činnosti došlo k úniku moči** |
| **13. 10. 2021** |  **7:00** |  | **350** |  |  |  |
|  |  **7:30** | **200** |  |  |  |  |
|  |  **8:30** |  | **120** | **++** |  |  |
|  |  **9:15** |  |  |  | **++** | **kýchnutí** |

**Pokyny k vyplnění protokolu**

Vyplněním tohoto protokolu ve 2 po sobě následujících dnech umožníte svému lékaři získat potřebné informace o vašich problémech. Lépe bude moci rozpoznat příčiny a souvislosti, které vedou k obtížím, aby mohl zahájit účinnou léčbu.

Ve vlastním zájmu vyplňte tento protokol důkladně a řiďte se prosím následujícími pokyny:

S vyplňování začněte 1.den ráno, ihned po probuzení.

Jakmile se půjdete vymočit, zapište prosím čas (např.6,40 hod) a množství moči změřte odměrkou (např. 350 ml).

Stejně tak budete zapisovat příjem tekutin- vždy čas a změřené či odhadnuté množství.

Takto to budete dělat 48 hodin, čili celý den, celou noc, druhý den (den 2) a druhou noc.