



Dzienniczek mikcji powinien być prowadzony przez minimum 3 dni. Określamy w nim o której, ile i jaki płyn wypiliśmy. W tabeli należy umieścić także godzinę i ilość wydalanego moczu za pomocą naczynia z miarką. Rubrykę “parcie nagłace” i “gubienie moczu” zaznaczamy “+” według schematu : mało - “+”, średnio “++”, dużo “+++”.

Precyzyjne wypełnienie Dzienniczka mikcji pomaga w określeniu z jakim problemem mamy do czynienia.

Przykładowe wypełnienie Dzienniczka mikcji:

godzina	ilość wypitego płynu	ilość oddanego moczu	parcie nagłace	gubienie moczu
8:00	200 ml (herbata)			
8:40		210 ml	++	
9:10		170 ml	+	++
10:30	200 ml (kawa)			
10:45		300 ml		+



IN MOTION

---