



## ДНЕВНИК МОЧЕИСПУСКАНИЙ

Дневник мочеиспускания позволяет изучить симптомы нарушения мочеиспускания. С помощью дневника мочеиспусканий оценивается, сколько вы пьете жидкости, как часто, сколько и в какое время мочитесь, как часто и сколько теряете мочи при недержании.

- ✓ Заполняйте дневник как можно более подробно в течение суток с момента пробуждения включая ночные мочеиспускания
- ✓ Записывайте дату заполнения, время пробуждения и отхода ко сну
- ✓ Фиксируйте время каждого мочеиспускания, неотложного позыва, недержания.
- ✓ Максимально точно измеряйте объем мочи
- ✓ Полное время заполнения одного дневника должно быть 24 часа.
- ✓ В течении дня записывайте, сколько жидкости пьете.
- ✓ Записывайте количество выделяемой мочи в течении суток.
- ✓ Дневник желательно заполнять минимум трое суток.
- ✓ Не забудьте взять дневник с собой, когда пойдете к врачу.

### ОБРАЗЕЦ ЗАПОЛНЕНИЯ

Время	Объем выделенной мочи (мл)	Подтекание мочи и его степень от 1 до 3*	Нестерпимый позыв и его степень по шкале от 1 до 10**	Объем и качество выпитой жидкости (мл)
7:00	Подъем			
7:10	250	-	-	
7:45	100	1	4	
8:30				300
9:15	200	-	-	
10:30	100	-	2	
10:50	150	2	6	
11:40				250
12:25	150	-	-	
14:00				400
15:30	250	-	-	
16:20	150	1	4	
16:45	100			
17:20				250
18:50	250	-	-	
20:00	100	1	2	
20:30				400
21:10	150	-	-	
22:15				200
22:55	100	-	-	
23:00	Сон			
2:30	150	2	8	
4:20	100	1	4	
6:10	100	1	4	
<b>Пермиксон</b> Гексановый экстракт плодов пальмыползучей				
Всего	2400			1800