

Дневник мочеиспусканий · 3 дня

Записи помогут врачу оценить привычки питья, мочеиспускание и эпизоды подтекания. Дневник не устанавливает диагноз.

1. Выберите обычные дни

Заполняйте три дня. Сохраняйте привычный режим питья, если врач не дал иных указаний. Не нужно специально пить больше или меньше.

2. Записывайте каждое событие

Отдельной строкой отмечайте напиток, мочеиспускание или подтекание. Указывайте точное время. Записывайте также ночные события.

3. Измеряйте объём

Напитки и мочу указывайте в миллилитрах. Для мочи используйте отдельную мерную ёмкость. Если объём измерить не удалось, напишите «не измерено», а не 0.

4. Отмечайте позывы и подтекания

В графе позыва напишите «да», если позыв был внезапным и его было трудно отложить. При подтекании укажите, чем занимались: например, кашляли, шли или не успели дойти.

5. Возьмите дневник на приём

Укажите время отхода ко сну и окончательного подъёма. Если строк не хватит, используйте дополнительный лист с той же датой.

Основа: NIDDK, «Diagnosis of Bladder Control Problems», раздел Bladder diary. Бланк составлен для сайта; это не модуль ICIQ-BD.

День 1 · Дневник мочеиспусканий

ФИО: _____ Дата: _____

Отход ко сну: _____ Окончательный подъём: _____ Дополнительный лист: _____

Время	Напиток: вид и объём, мл	Объём мочи, мл	Сильный позыв да / нет	Подтекание да / нет	Действие при подтекании / примечание

Одна строка - одно событие. Неизмеренный объём: «не измерено». Ночные записи также обязательны. При нехватке строк распечатайте ещё один лист.

День 2 · Дневник мочеиспусканий

ФИО: _____ Дата: _____

Отход ко сну: _____ Окончательный подъём: _____ Дополнительный лист: _____

Время	Напиток: вид и объём, мл	Объём мочи, мл	Сильный позыв да / нет	Подтекание да / нет	Действие при подтекании / примечание

Одна строка - одно событие. Неизмеренный объём: «не измерено». Ночные записи также обязательны. При нехватке строк распечатайте ещё один лист.

День 3 · Дневник мочеиспусканий

ФИО: _____ Дата: _____

Отход ко сну: _____ Окончательный подъём: _____ Дополнительный лист: _____

Время	Напиток: вид и объём, мл	Объём мочи, мл	Сильный позыв да / нет	Подтекание да / нет	Действие при подтекании / примечание

Одна строка - одно событие. Неизмеренный объём: «не измерено». Ночные записи также обязательны. При нехватке строк распечатайте ещё один лист.