



INKO-GNITO

Inkontinence bez předsudků

MIKČNÍ DENÍK

MIKČNÍ DENÍK VYPLŇUJTE PO DOBU 2 PO SOBĚ JDOUCÍCH DNŮ.
VYPLNĚNÝ MIKČNÍ DENÍK PAK KONZULTUJTE SE SVÝM OŠETŘUJÍCÍM LÉKAŘEM.

Zdroj: ŠOTTNER, O.,SKOUPÁ J.O novinkách v urogynekologii a diagnostice hyperaktivního močového měchýře 2008

Datum:	Co jste pil(a)? Jaké množství?	Každé močení, ke kterému došlo, zaznamenejte zaškrtnutím políčka v řádku odpovídajícího časového rozmezí. Celkový počet zapište do spodního řádku.	Každý pocit silného, nepřekonatelného nucení na močení zaznamenejte zaškrtnutím políčka v řádku odpovídajícího časového rozmezí. Celkový počet zapište do spodního řádku.	Pokud u Vás došlo k úniku moči, nestihli jste včas dojít na toaletu, zakroužkujte „N“ v příslušném políčku. Celkový počet zapište do spodního řádku.	Při jaké činnosti k úniku moči došlo?
Časové rozmezí					
<i>Příklad</i>	<i>čaj - šálek</i>	X X X X X	X X X	Ⓝ N N N N N N N	<i>nákupy</i>
06-09 h				N N N N N N N N	
09-12 h				N N N N N N N N	
12-15 h				N N N N N N N N	
15-18 h				N N N N N N N N	
18-21 h				N N N N N N N N	
21-24 h				N N N N N N N N	
00-06 h				N N N N N N N N	
Celkem					

DEN 1





INKO-GNITO

Inkontinence bez předsudků

MIKČNÍ DENÍK

MIKČNÍ DENÍK VYPLŇUJTE PO DOBU 2 PO SOBĚ JDOUCÍCH DNŮ.
VYPLNĚNÝ MIKČNÍ DENÍK PAK KONZULTUJTE SE SVÝM OŠETŘUJÍCÍM LÉKAŘEM.

Zdroj: ŠOTTNER, O.,SKOUPÁ J.O novinkách v urogynekologii a diagnostice hyperaktivního močového měchýře 2008

Datum:	Co jste pil(a)? Jaké množství?	Každé močení, ke kterému došlo, zaznamenejte zaškrtnutím políčka v řádku odpovídajícího časového rozmezí. Celkový počet zapište do spodního řádku.	Každý pocit silného, nepřekonatelného nucení na močení zaznamenejte zaškrtnutím políčka v řádku odpovídajícího časového rozmezí. Celkový počet zapište do spodního řádku.	Pokud u Vás došlo k úniku moči, nestihli jste včas dojít na toaletu, zakroužkujte „N“ v příslušném políčku. Celkový počet zapište do spodního řádku.	Při jaké činnosti k úniku moči došlo?
Časové rozmezí					
<i>Příklad</i>	<i>čaj - šálek</i>	X X X X X	X X X	Ⓝ N N N N N N N	<i>nákupy</i>
06-09 h				N N N N N N N N	
09-12 h				N N N N N N N N	
12-15 h				N N N N N N N N	
15-18 h				N N N N N N N N	
18-21 h				N N N N N N N N	
21-24 h				N N N N N N N N	
00-06 h				N N N N N N N N	
Celkem					

DEN 2