

So führen Sie das Protokoll

- 1** Drei Tage hintereinander ausfüllen, am besten zwei Werktage und einen freien Tag. Kürzer ist wenig aussagekräftig, länger wird selten durchgehalten.
- 2** Nichts umstellen. Trinken und Toilettengang so wie immer — sonst protokollieren Sie einen Tag, den Sie sonst nie haben.
- 3** Sofort eintragen, nicht abends aus dem Gedächtnis. Das Blatt gehört neben die Toilette.
- 4** Menge messen, wenn es geht: ein Messbecher oder ein Gefäß mit bekanntem Volumen genügt. Schätzungen bitte als solche kennzeichnen.
- 5** Beim Drang eintragen, wie stark er war: 0 kein Drang, 1 spürbar, 2 stark, 3 nicht aufschiebbar.
- 6** Urinverlust mit Menge oder Umständen notieren — beim Husten, auf dem Weg zur Toilette, im Schlaf.

Was daraus abgelesen wird

- Trinkmenge und Ausscheidung über 24 Stunden
- Wie oft und in welchen Abständen entleert wird
- Größte Einzelportion und Blasenkapazität
- Verhältnis Tag zu Nacht
- Zusammenhang zwischen Drang, Menge und Urinverlust

Miktionsprotokoll

Blasentagebuch zum Ausdrucken — blaseunddarm.de

Name _____ Tag 1 von 3 _____ Datum _____

Summe Tag

Getrunken gesamt _____ Urin gesamt _____ Anzahl Entleerungen _____

davon nachts _____ Größte Einzelmenge _____

Miktionsprotokoll

Blasentagebuch zum Ausdrucken — blaseunddarm.de

Name _____ Tag 2 von 3 _____ Datum _____

Summe Tag

Getrunken gesamt _____ Urin gesamt _____ Anzahl Entleerungen _____

davon nachts _____ Größte Einzelmenge _____

Miktionsprotokoll

Blasentagebuch zum Ausdrucken — blaseunddarm.de

Name _____ Tag 3 von 3 _____ Datum _____

Summe Tag

Getrunken gesamt _____ Urin gesamt _____ Anzahl Entleerungen _____

davon nachts _____ Größte Einzelmenge _____