

24-uurs mictieboek

plasdagboek



Ommelander Ziekenhuis
Groningen

U treft hierbij een mictiedagboek (= plasdagboek) aan. Om een juiste diagnose te stellen is het nodig dat wij inzicht krijgen in hoe vaak u plast en hoeveel. Het is daarom belangrijk om gedurende 2 x 24 uur nauwkeurig een mictiedagboek bij te houden waarin u deze gegevens noteert. Met deze gegevens kan de specialist de juiste diagnose stellen en een behandeling op maat voor u samenstellen.

Houdt u zich voor het invullen van het mictiedagboek a.u.b. aan onderstaande richtlijnen.

1. U vult het mictiedagboek op een 'gewone' dag in, vanaf 12.00 uur 's middags. Dus niet op een dag dat u een uitstapje heeft gepland, of dingen doet die u anders niet zo vaak doet. De volgende dag om 12.00 uur 's middags eindigt u met het invullen.
2. Om te zien wat er overdag en 's nachts is gebeurd, dient u op het formulier ook aan te geven hoe laat u naar bed bent gegaan en hoe laat u bent opgestaan.
3. Iedere plas die u doet, dient u op te vangen in een maatbeker, zodat u kunt aflezen in milliliters (ml.) hoeveel u geplast heeft. Verzamel niet de urine van een aantal plassen. Ook 's nachts niet. Elke plas dient apart gemeten en genoteerd te worden! Vermeld tevens bij iedere plas of u aandrang en/of pijn voelde voordat u moest plassen. Als dit zo is, dan geeft u met één of meerdere plusjes (+) aan in welke mate dit zo was.
4. Het mictiedagboek geeft ook inzicht in uw drinkpatroon. Onderaan de kolom 'drinken' treft u verschillende veelvoorkomende maateenheden aan. Sommige producten, zoals fruit en dessert, bevatten ook veel water. Het is daarom noodzakelijk om, wanneer u dit soort producten eet, dit ook op het formulier te vermelden.
5. In de kolom 'urineverlies' kunt u noteren wanneer u ongewenst urineverlies bemerkte en of u daarbij aandrang en/of pijn voelde. Het wisselen van verband is eveneens belangrijk om aan te geven. Het aantal en soort gebruikte verbanden kunt u in een aparte kolom noteren.
6. Heeft u na het ongewenste urineverlies geplast op het toilet, dan vult u in de tweede kolom 'urinevolume', het aantal milliliters in dat u geplast heeft. Wanneer u, na het urineverlies, geen plas meer op het toilet heeft gedaan, dan hoeft u niets in deze kolom in te vullen.

Indien u nog vragen heeft kunt u contact met ons opnemen, via het algemene telefoonnummer van het ziekenhuis: 088 – 066 1000.

Met vriendelijke groet,

Polikliniek Urologie

Mictiedagboek

U begint uw dagboek om 12 uur 's middags en gaat door tot 12 uur 's middags de volgende dag

datum: naar bed om: uur

	tijd	activiteit	urine- volume (ml.)
voorbeeld	12.30		350
	13.10		
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			

toelichting bij de kolommen

kolom activiteit in deze kolom vult u in waar u mee bezig was toen u aandrang voelde
 danwel ongewild urineverlies had
 kolom aandrang, pijn geen = -, gering = +, matig = ++, sterk = +++
 kolom urineverlies geen = -, druppels = +, scheutje = ++, behoorlijk = +++

opgestaan om uur

aandrang	pijn	urineverlies	verband-wissel
+	++	++	1

vochtinname	
tijd	drinken (ml.)
12.45	125

drinken: mok of glas = 200 ml., dessert = 150 ml., kopje = 125 ml., fruit = 75 ml.

soort gebruikte verband(en):

.....

Mictiedagboek

U begint uw dagboek om 12 uur 's middags en gaat door tot 12 uur 's middags de volgende dag

datum: naar bed om: uur

	tijd	activiteit	urine- volume (ml.)
voorbeeld	12.30		350
	13.10		
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			

toelichting bij de kolommen

- kolom activiteit in deze kolom vult u in waar u mee bezig was toen u aandrang voelde
danwel ongewild urineverlies had
- kolom aandrang, pijn geen = -, gering = +, matig = ++, sterk = +++
- kolom urineverlies geen = -, druppels = +, scheutje = ++, behoorlijk = +++

opgestaan om uur

aandrang	pijn	urineverlies	verband-wissel
+	++	++	1

vochtinname	
tijd	drinken (ml.)
12.45	125

drinken: mok of glas = 200 ml., dessert = 150 ml., kopje = 125 ml., fruit = 75 ml.

soort gebruikte verband(en):

.....



**Samen.
De beste zorg.
Dichtbij.**

ommelanderziekenhuis.nl

T 088 - 066 1000

OZG (09-19) URO 491