

Дневник мочевого пузыря

Для чего нужно вести Дневник мочевого пузыря?

На основании данных дневника мочеиспусканий пациента врач-уролог может установить предположительные причины и характер нарушений в работе мочевого пузыря, составить план обследования, уточнить диагноз и назначить наиболее эффективное лечение. Чем подробнее Вы ведете дневник мочеиспусканий, тем легче доктору помочь Вам.

Какие данные необходимо указывать в Дневнике мочевого пузыря?

Дневник должен содержать следующую информацию:

- Частота мочеиспусканий (указывайте время каждого мочеиспускания)
- Объем выпущенной мочи при каждом мочеиспускании
- Наличие и объем недержания мочи
- Наличии нестерпимых позывов к мочеиспусканию
- Объем употребляемой за сутки жидкости (включая жидкую пищу – например, первые блюда)

Как вести Дневник мочевого пузыря?

Начинайте заполнять Дневник сразу после утреннего подъема и заканчивайте заполнение после подъема на следующий день. Ведите Дневник не менее 3-х суток – хотя отчетные дни не обязательно должны идти подряд. Указывайте в Дневнике время для следующих событий:

- Каждое мочеиспускание
- Недержание мочи
- Смена прокладки
- Нестерпимый позыв к мочеиспусканию
- Прием жидкости

Эти события могут совпадать (происходить одновременно) или не совпадать (происходить в разное время). Если события не совпадают, для каждого из них указывайте отдельно время, когда оно произошло. Осуществляйте мочеиспускания в мерную емкость, указывайте объем выпущенной мочи в Дневнике в миллилитрах (мл).

При наличии недержания мочи без позыва к мочеиспусканию обязательно укажите, с каким видом физической активности (кашель, чихание, резкое вставание, бег, прыжки, половой акт и т.д.) был связан данный эпизод недержания мочи.

Не пытайтесь составить собственное мнение на основании Дневника мочевого пузыря. Делать выводы и составлять рекомендации по обследованию или лечению может только врач-специалист, которому, помимо данных Дневника, необходимо также тщательно изучить историю заболевания и провести осмотр пациента.

Дневник мочевого пузыря создан таким образом, чтобы Вам было удобно распечатать, заполнить и принести его на прием к врачу. Если Вам не хватило одного листа, распечатайте в необходимом количестве бланки Дневника и заполняйте их в соответствии с инструкцией.

При ведении Дневника мочевого пузыря за каждые сутки указывайте итоговые суммарные значения для следующих колонок таблицы:

- Объем выпущенной мочи (суммируются все показатели за сутки)
- Недержание мочи (количество эпизодов недержания мочи за сутки)
- Смена прокладки (количество прокладок использованных за сутки)
- Нестерпимый позыв к мочеиспусканию (количество позывов за сутки)
- Выпито жидкости (общее количество выпитой за сутки жидкости)

Пример заполнения дневника мочеиспусканий

Ф.И.О. пациента Иванова Мария Ивановна

Дата рождения 1 января 1950 г. Дата заполнения 3 марта 2011 г.

Пол Ж Страница дневника 1

| Время в 24-часовом формате | Объем выпущенной мочи (мл) | Был ли у вас эпизод непроизвольного выделения мочи (да, нет) | Сколько мочи выделилось во время этого эпизода (немного, средне, много) | Смена прокладки (да, нет) | Активность при подтекании (в покое или кашель, бег и т.д.) | Нестерпимый позыв и его степень по шкале от 1 до 3* | Выпито жидкости (мл) |
|----------------------------|----------------------------|--|---|---------------------------|--|---|----------------------|
| 8:00 | 230 | | | | | | |
| 8:30 | | | | | | | 200 |
| 9:15 | 80 | да | много | | | 2 | |
| 10:20 | | да | немного | | кашель | | |
| 10:40 | | да | много | | | 2 | 200 |
| | | | | | | | |
| 23:50 | 110 | | | да | | 1 | |
| Всего | 420 | | | | | | 400 |

Примечания к дневнику мочеиспусканий:

- * 1. Легкая степень: нестерпимые позывы есть, но они легко переносятся
- 2. Умеренная степень: нестерпимые позывы доставляют определенный дискомфорт и мешают обычной дневной деятельности
- 3. Тяжелая степень: тяжелые нестерпимые позывы, доставляющие дискомфорт и практически не позволяющие заниматься обычными делами

Дневник мочеиспусканий

Ф.И.О. пациента _____

Дата рождения _____ Дата заполнения _____

Пол _____ Страница дневника _____

| Время в 24-часовом формате | Объем выпущенной мочи (мл) | Был ли у вас эпизод непроизвольного выделения мочи (да, нет) | Сколько мочи выделилось во время этого эпизода (немного, средне, много) | Смена прокладки (да, нет) | Активность при подтекании (в покое или кашель, бег и т.д.) | Нестерпимый позыв и его степень по шкале от 1 до 3* | Выпито жидкости (мл) |
|----------------------------|----------------------------|--|---|---------------------------|--|---|----------------------|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| Всего | | | | | | | |

Примечания к дневнику мочеиспусканий:

- * 1. Легкая степень: нестерпимые позывы есть, но они легко переносятся
- 2. Умеренная степень: нестерпимые позывы доставляют определенный дискомфорт и мешают обычной дневной деятельности
- 3. Тяжелая степень: тяжелые нестерпимые позывы, доставляющие дискомфорт и практически не позволяющие заниматься обычными делами