

## 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	
<b>Всего</b>	<b>420</b>						<b>400</b>

#### 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)
<b>Всего</b>							

### 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