



# Miktionstagebuch

von den Experten im Bereich Elektrostimulation



## Ein Wort vorab

Mit dem vorliegenden Miktionstagebuch können Sie einen ersten wichtigen Schritt machen, Ihrem Leiden ein Ende zu bereiten. Das Miktionstagebuch ist für Sie und Ihren Arzt bei der Behandlung Ihrer Erkrankung eine wertvolle Unterstützung, denn es hilft Ausmaß und Auslöser des Harnverlustes genau zu erfassen.

Sie notieren in gewohnter Umgebung und Alltagsbedingungen, wie viel Flüssigkeit Sie zu sich nehmen, wie viel Urin Sie bewusst lassen und wann Sie ungewollt Urin verlieren.

Gemeinsam mit Ihrem Arzt werten Sie Ihr Miktionstagebuch aus. In den meisten Fällen kann Ihr Arzt mit den daraus gewonnenen Erkenntnissen schon genau diagnostizieren, welche Therapie für Sie die beste ist.

Inkontinenz ist therapierbar! Der Erfolg hängt aber auch sehr von Ihnen ab, deshalb unterstützen Sie Ihren Arzt und füllen Sie Ihr Miktionstagebuch sorgfältig aus.

Viel Erfolg und gute Besserung wünscht Ihnen **neurotech**.



## Kurze Anleitung für Ihr Miktionstagebuch

Bitte füllen Sie das Miktionstagebuch möglichst 3 - 4 Tage lang sorgfältig aus. Benutzen Sie für jeden Tag eine neue Seite und tragen Sie das Datum ein.

Notieren Sie für jede Stunde wie viel Flüssigkeit Sie getrunken haben. Wenn Sie auf die Toilette müssen, dann notieren Sie sich bitte die Urinmenge und ob Sie Harndrang hatten. Wenn Sie merken, dass Sie unfreiwillig Harn verloren haben, dann tragen Sie jeweils die Stärke ein.

Am Ende des Tages addieren Sie das Trink- und Urinvolumen.

\*Bewerten Sie Ihren Harnverlust

- 1 - wenig Harnverlust
- 2 - mittlerer Harnverlust
- 3 - erheblicher Harnverlust

### Beispiel eines ausgefüllten Miktionstagebuchs:

Datum:				
Uhrzeit	Trinkvolumen	Urinmenge	Harndrang (ja/nein)	Harnverlust*
01.00	ml	275 ml	nein	
02.00	200 ml	ml		
03.00	ml	300 ml	ja	3
04.00	ml	ml		
05.00	ml	ml		
06.00	300 ml	ml		



## Tag 1

Datum:

Uhrzeit	Trinkvolumen	Urinmenge	Harnrang (ja/nein)	Harnverlust*
01.00	ml	ml		
02.00	ml	ml		
03.00	ml	ml		
04.00	ml	ml		
05.00	ml	ml		
06.00	ml	ml		
07.00	ml	ml		
08.00	ml	ml		
09.00	ml	ml		
10.00	ml	ml		
11.00	ml	ml		
12.00	ml	ml		
13.00	ml	ml		
14.00	ml	ml		
15.00	ml	ml		
16.00	ml	ml		
17.00	ml	ml		
18.00	ml	ml		
19.00	ml	ml		
20.00	ml	ml		
21.00	ml	ml		
22.00	ml	ml		
23.00	ml	ml		
24.00	ml	ml		



## Tag 2

Datum:

Uhrzeit	Trinkvolumen	Urinmenge	Harndrang (ja/nein)	Harnverlust*
01.00	ml	ml		
02.00	ml	ml		
03.00	ml	ml		
04.00	ml	ml		
05.00	ml	ml		
06.00	ml	ml		
07.00	ml	ml		
08.00	ml	ml		
09.00	ml	ml		
10.00	ml	ml		
11.00	ml	ml		
12.00	ml	ml		
13.00	ml	ml		
14.00	ml	ml		
15.00	ml	ml		
16.00	ml	ml		
17.00	ml	ml		
18.00	ml	ml		
19.00	ml	ml		
20.00	ml	ml		
21.00	ml	ml		
22.00	ml	ml		
23.00	ml	ml		
24.00	ml	ml		



## Tag 3

Datum:

Uhrzeit	Trinkvolumen	Urinmenge	Harnrang (ja/nein)	Harnverlust*
01.00	ml	ml		
02.00	ml	ml		
03.00	ml	ml		
04.00	ml	ml		
05.00	ml	ml		
06.00	ml	ml		
07.00	ml	ml		
08.00	ml	ml		
09.00	ml	ml		
10.00	ml	ml		
11.00	ml	ml		
12.00	ml	ml		
13.00	ml	ml		
14.00	ml	ml		
15.00	ml	ml		
16.00	ml	ml		
17.00	ml	ml		
18.00	ml	ml		
19.00	ml	ml		
20.00	ml	ml		
21.00	ml	ml		
22.00	ml	ml		
23.00	ml	ml		
24.00	ml	ml		



## Tag 4

Datum:

Uhrzeit	Trinkvolumen	Urinmenge	Harndrang (ja/nein)	Harnverlust*
01.00	ml	ml		
02.00	ml	ml		
03.00	ml	ml		
04.00	ml	ml		
05.00	ml	ml		
06.00	ml	ml		
07.00	ml	ml		
08.00	ml	ml		
09.00	ml	ml		
10.00	ml	ml		
11.00	ml	ml		
12.00	ml	ml		
13.00	ml	ml		
14.00	ml	ml		
15.00	ml	ml		
16.00	ml	ml		
17.00	ml	ml		
18.00	ml	ml		
19.00	ml	ml		
20.00	ml	ml		
21.00	ml	ml		
22.00	ml	ml		
23.00	ml	ml		
24.00	ml	ml		

Für Fragen oder weitere  
Informationen wenden Sie sich  
bitte an:

Bio-Medical Research GmbH

**neurotech.**

Zum Degenhardt 12

D-88662 Überlingen

Telefon +49 (0) 7551 918-100

Telefax +49 (0) 7551 918-109

E-Mail [patientenservice@neurotechgroup.com](mailto:patientenservice@neurotechgroup.com)

Web [neurotechgroup.com](http://neurotechgroup.com)

Patienten-Serviceline

0180 2 330 330 (6 Cent/Gespräch)

Ärzte-Serviceline

0180 2 95 95 95 (6 Cent/Gespräch)