



Trink-Miktionsprotokoll

Nachname: _____			Tag 1	
Vorname: _____				
Geburtsdatum: _____			Datum __ . __ . 20 __	
Uhrzeit	Trinkmenge (ml)	Urinmenge (ml)	Harndrang ja/ nein ⁽¹⁾	Einnässen Schweregrad/ Gewicht Vorlage ⁽²⁾
07:00 - 08:00	180	x		
08:00 - 09:00	200		x	

00:00 - 01:00				
01:00 - 02:00				
02:00 - 03:00				
03:00 - 04:00				
04:00 - 05:00				
05:00 - 06:00				
06:00 - 07:00				
07:00 - 08:00				
08:00 - 09:00				
09:00 - 10:00				
10:00 - 11:00				
11:00 - 12:00				
12:00 - 13:00				
13:00 - 14:00				
14:00 - 15:00				
15:00 - 16:00				
16:00 - 17:00				
17:00 - 18:00				
18:00 - 19:00				
19:00 - 20:00				
20:00 - 21:00				
21:00 - 22:00				
22:00 - 23:00				
23:00 - 24:00				

- (1) Schweregrad des Harndranges: **x** = schwach **xx** = normal **xxx** = stark
 (2) Schweregrad des Einnässens: **x** = wenige Tropfen **xx** = feucht **xxx** = nass



Nachname: _____	Tag 2
Vorname: _____	
Geburtsdatum: _____	Datum ____ . ____ . 20 ____

Uhrzeit	Trinkmenge (ml)	Urinmenge (ml)	Harndrang ja/ nein ⁽¹⁾	Einnässen Schweregrad/ Gewicht Vorlage ⁽²⁾
07:00 - 08:00	180	x		
08:00 - 09:00	200		x	

00:00 - 01:00				
01:00 - 02:00				
02:00 - 03:00				
03:00 - 04:00				
04:00 - 05:00				
05:00 - 06:00				
06:00 - 07:00				
07:00 - 08:00				
08:00 - 09:00				
09:00 - 10:00				
10:00 - 11:00				
11:00 - 12:00				
12:00 - 13:00				
13:00 - 14:00				
14:00 - 15:00				
15:00 - 16:00				
16:00 - 17:00				
17:00 - 18:00				
18:00 - 19:00				
19:00 - 20:00				
20:00 - 21:00				
21:00 - 22:00				
22:00 - 23:00				
23:00 - 24:00				

- (1) Schweregrad des Harndranges: **x** = schwach **xx** = normal **xxx** = stark
 (2) Schweregrad des Einnässens: **x** = wenige Tropfen **xx** = feucht **xxx** = nass



Erläuterungen zum „Trink-Miktionsprotokoll“

Liebe Patienten,

ein Trink-Miktionsprotokoll zu führen, ist eine leichte Methode, um Blasenbeschwerden, die zum Beispiel durch eine Prostatavergrößerung verursacht werden oder eine Blasenschwäche zu analysieren und eine Therapie einzuleiten. Ein solches Protokoll kann auch dazu genutzt werden die Wirksamkeit einer Behandlung zu überprüfen.

- Das Trink- Miktionsprotokoll gibt Ihnen die Möglichkeit, zu überprüfen, ob Sie genug ausreichend viel trinken, wie oft Beschwerden beim Wasserlassen auftreten und wann sie besonders häufig sind.
- Ein Urologe kann anhand dieses Protokolls eine Therapie, die richtige ist und den erfolgreichen Verlauf der Behandlung gut zu überwachen.

So führen Sie das Trink- Miktionsprotokoll aus:

- Tragen Sie in den entsprechenden Feldern der Tabelle zur entsprechenden Uhrzeit immer dann einen Wert oder ein Kreuz (x) ein, wenn Sie
 - etwas getrunken haben (Wieviel in Milliliter (ml)?)
 - Harndrang verspüren (Wie stark?)
 - zur Toilette gegangen sind (Wie oft, Wie viel Urin in Milliliter (ml)? – sollte es nicht möglich sein, die Urinmenge zu genau abzumessen, genügt ausnahmsweise eine Schätzung)
 - Urin verloren haben (Wie feucht war die Vorlage?)

Damit Sie auch wissen, wie viel Milliliter (ml) Sie getrunken haben, können Sie ein Trinkgefäß (Kaffeetasse, Wasserglas oder Becher) mit Leitungswasser füllen, anschließend jeweils in einen Messbecher umfüllen und die einzelnen Mengen ablesen.

Denken Sie bitte daran, das Miktionsprotokoll zu Ihrem Besuch in der Urologie mitzubringen!