



Miktionsprotokoll

NACHNAME, Vorname: _____

Geburtsdatum (TT.MM.JJJJ): _____

Verlierst du im Alltag Urin? Wir haben als Unterstützung für dich ein Miktionsprotokoll erstellt, mit dem du dein Trink- und Urinverhalten besser kennenlernen kannst. Drucke das Miktionsprotokoll mehrmals, fülle es an aufeinanderfolgenden Tagen aus und **nimm es mit zum nächsten Arztbesuch.**

**Trink- und
Urinmenge**

Bitte nutze für die Angaben einen Messbecher (in ml)

Harndrang

Bitte notiere, ob JA oder NEIN

Urinverlust

💧 wenig 💧💧 mittel 💧💧💧 viel

**Inkontinenz-
produkte**

1 - Inkontinenz-Slipeinlage 2 - Inkontinenz-Einlage
3 - Inkontinenz-Pants 4 - Andere

Uhrzeit	Trinkmenge	Harndrang	Urinverlust	Urinmenge (Toilette)	Inkontinenzprodukt
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					
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 - 00:00					

Trinkmenge am Tag in ml: _____

Urinmenge am Tag in ml: _____

Weitere Informationen rund um Inkontinenz findest du auf: www.tena.ch