

Blåstömningsdagbok

Behöver du gå på toaletten oftare än tidigare? Hindrar urinläckage dig från att gå ut?

Genom att föra en blåstömningsdagbok kan du lättare hitta en bra rutin för din blåstömning och få en god blåshälsa.

Börja registreringen när du vaknar på morgonen och fortsatt sedan under 24 timmar.

Prata gärna med din läkare eller sköterska om du har frågor kring resultatet i din blåstömningsdagbok (miktionslista).

Datum				
Klockan	Mängd dryck ange mängd i ml	Kissat utan kateter ange mängd i ml	Kissat med kateter ange mängd i ml	Ev.läckage- mängd 1=droppar/fuktig 2=genomblöt

Datum				
Klockan	Mängd dryck ange mängd i ml	Kissat utan kateter ange mängd i ml	Kissat med kateter ange mängd i ml	Ev.läckage- mängd 1=droppar/fuktig 2=genomblöt

Datum				
Klockan	Mängd dryck ange mängd i ml	Kissat utan kateter ange mängd i ml	Kissat med kateter ange mängd i ml	Ev.läckage- mängd 1=droppar/fuktig 2=genomblöt

Datum				
Klockan	Mängd dryck ange mängd i ml	Kissat utan kateter ange mängd i ml	Kissat med kateter ange mängd i ml	Ev.läckage- mängd 1=droppar/fuktig 2=genomblöt

Datum				
Klockan	Mängd dryck ange mängd i ml	Kissat utan kateter ange mängd i ml	Kissat med kateter ange mängd i ml	Ev.läckage- mängd 1=droppar/fuktig 2=genomblöt

Datum				
Klockan	Mängd dryck ange mängd i ml	Kissat utan kateter ange mängd i ml	Kissat med kateter ange mängd i ml	Ev.läckage- mängd 1=droppar/fuktig 2=genomblöt