Mictiedagboek Datum:

Naam:

Geboortedatum:

Wanneer invullen?

- na het plassen
- na het drinken

Het is belangrijk om deze lijst zo nauwkeurig mogelijk bij te houden.

Drinken: Glas = 150 ml
Kopje = 125 ml
Mok = 200 ml

Ongewild urineverlies: 1 = enkele druppels
2 = geringe hoeveelheid
3 = veel (verwisselen van kleding)

Plassen		**Drinken**		**Ongewild urineverlies**		**Klachten Pijn / Aandrang?**	
Tijd	Hoeveelheid in ml	Tijd	Hoeveelheid in ml	Tijd/ verband	Hoeveel? 1,2 of 3	Tijd	Klacht

Bekkenfysiotherapie Zwolle / Praktijk voor Fysiotherapie Tory Krisman Spin Tesselschadestraat 55a 8023BJ Zwolle
038-4540908 www.bekkenfysiotherapiezwolle.nl of www.torykrismanspin.nl