

## Urologie Nymphenburg

Dr. med. J. Kruse, Dr. med. F. Thein, Dr. med. F. Breuel  
Rosa-Bavarese-Str. 1  
80639 München  
Tel.: 089 – 150 020 15

### Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

zur umfassenden Beurteilung Ihrer Blasenfunktion beinhaltet die Diagnostik die vollständige Dokumentation des Wasserlassens über einen gewissen Zeitraum, um Ihren Alltag besser nachvollziehen zu können. Diese Erfassung sollte somit **unter alltäglichen Bedingungen** durchgeführt werden, um repräsentativ zu sein. Das bedeutet, dass Sie sich bei der Aufzeichnung nicht anders verhalten sollten, als Sie es bisher getan haben. Wählen Sie **zwei Tage**, an denen Sie Zeit haben (evtl. am Wochenende).

Zur Durchführung benötigen sie einen **Messbecher**. Dieser sollte mindestens 500 ml fassen und eine Skala die sich auf 25 ml genau ablesen lässt. Zur Dokumentation benutzen Sie bitte das beiliegende Miktionsprotokoll.

### Durchführung:

1. Beginnen Sie am **Morgen**. Der **erste Toilettengang nach dem Aufstehen** am Tag 1 wird **NICHT** gemessen. Erst danach fängt die Dokumentation an.
2. Dokumentieren Sie bitte in der ersten Spalte die **Trinkmenge** (auch Kaffee) in ml. Kleinere Mengen können auch zusammengefasst werden. Am Ende der Auflistung addieren Sie bitte die gesamte Trinkmenge.
3. In der zweiten Spalte dokumentieren Sie bitte **jeden einzelnen Toilettengang** (auch nachts) und fangen Sie die gesamte Urinportion in einem Messbecher auf. Tragen Sie die gemessene Urinportion in die Querspalte ein, welche die **volle Stunde** anzeigt (z.B. 250ml um 12:40 Uhr in die Spalte 12:00 – 13:00 Uhr). Addieren Sie auch hier am Ende die gesamte Ausscheidung.
4. In die dritte Spalte tragen Sie ein, wenn Sie einen **Harndrang verspürt haben** (als Kreuz siehe Fußnote 1 auf dem Miktionsprotokoll). Bitte notieren Sie auch die Situationen, bei denen Sie einen Harndrang verspürt haben, ohne zur Toilette gegangen zu sein.
5. In die vierte Spalte machen Sie bitte einen Eintrag (als Kreuz siehe Fußnote 2 auf dem Miktionsprotokoll) wenn Sie **ungewollt Urin verloren haben**. Versuchen Sie hierbei bitte nachzuvollziehen, ob dem Urinverlust ein Harndrang vorausgegangen ist (Kreuz in die dritte Spalte), oder etwa eine Bewegung wie Aufstehen aus dem Sessel oder eine Aktion wie Husten, Niesen, etc.

Wir danken für Ihre Mitarbeit!

# Urologie Nymphenburg

Dr. med. J. Kruse, Dr. med. F. Thein, Dr. med. F. Breuel  
 Rosa-Bavarese-Str. 1  
 80639 München  
 Tel.: 089 – 150 020 15

## Miktionsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

TAG 1: \_\_\_\_\_

TAG 2: \_\_\_\_\_

Uhrzeit	Trink- menge	Urin- menge	Harn- drang <sup>1</sup>	Ein- nässen <sup>2</sup>	Uhrzeit	Trink- menge	Urin- menge	Harn- drang <sup>1</sup>	Ein- nässen <sup>2</sup>
06:00 – 07:00					06:00 – 07:00				
07:00 – 08:00					07:00 – 08:00				
08:00 – 09:00					08:00 – 09:00				
09:00 – 10:00					09:00 – 10:00				
10:00 – 11:00					10:00 – 11:00				
11:00 – 12:00					11:00 – 12:00				
12:00 – 13:00					12:00 – 13:00				
13:00 – 14:00					13:00 – 14:00				
14:00 – 15:00					14:00 – 15:00				
15:00 – 16:00					15:00 – 16:00				
16:00 – 17:00					16:00 – 17:00				
17:00 – 18:00					17:00 – 18:00				
18:00 – 19:00					18:00 – 19:00				
19:00 – 20:00					19:00 – 20:00				
20:00 – 21:00					20:00 – 21:00				
21:00 – 22:00					21:00 – 22:00				
22:00 – 23:00					22:00 – 23:00				
23:00 – 00:00					23:00 – 00:00				
00:00 – 01:00					00:00 – 01:00				
01:00 – 02:00					01:00 – 02:00				
02:00 – 03:00					02:00 – 03:00				
03:00 – 04:00					03:00 – 04:00				
04:00 – 05:00					04:00 – 05:00				
05:00 – 06:00					05:00 – 06:00				
<b>Gesamt:</b>									

1 Harndrang: x = schwach, xx = normal, xxx = stark, unkontrollierbar  
 2 Einnässen: x = wenige Tropfen, xx = feucht, xxx = nass