

Name / Vorname:

Datum:

**Das Blasentagebuch sollten Sie über zwei Tage, jeweils über 24 Stunden, führen.**

Je genauer Sie dieses Protokoll führen, umso exakter kann der behandelnde Arzt die richtige Therapie für Sie finden.

**Bitte dokumentieren Sie**

- ▶ die Zeit und Urinmenge in Milliliter (ml) bei jeder Blasenentleerung mit Hilfe eines Messbechers
- ▶ die Trinkmenge, Suppe, Joghurt und z. B. Kompott zählen wegen ihrem hohen Flüssigkeitsgehalt auch zur Trinkmenge dazu

Kaffeetasse	150 ml
Teetasse	250 ml
Wasserglas	250 ml
Suppenteller	200 ml
Joghurt	150 ml

**Beispiele für Mengenangaben**

- ▶ Beginnen Sie mit dem ersten Toilettengang nach der Nachtruhe. Sollte es Ihnen einmal nicht möglich sein, den Urin abzumessen (z. B. Stuhlabgang), vermerken Sie dies bitte im Tagebuch.
- ▶ Harndrang: bitte dokumentieren Sie, wie dringend die Blasenentleerung war
  - 0 – normal (gehe zur Toilette, wann ich will)
  - 1 – verstärkter Harndrang, Aktivitäten können geplant beendet werden
  - 2 – Aktivitäten sind gestört und verkürzt
  - 3 – Aktivitäten müssen sofort beendet werden

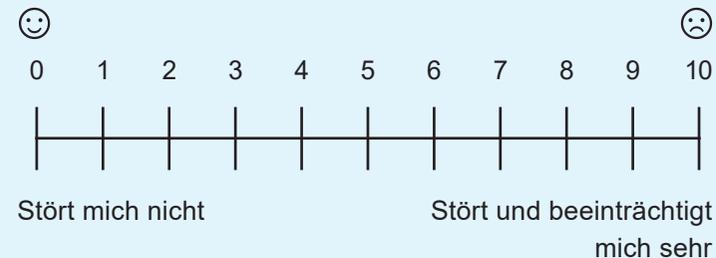
- ▶ Nasser bzw. unfreiwilliger Harnabgang. Bitte dokumentieren Sie wie folgt:

- x wenig (einige Tropfen)
- x x mittel
- x x x stark (nass)

**1. Tag**

**Leidensdruck**

Wie sehr mich meine Blase stört:  
(bitte ankreuzen)



**2. Tag**

**Leidensdruck**

Wie sehr mich meine Blase stört:  
(bitte ankreuzen)

