

# Blasentagebuch

In eine einfache Tabelle können Sie Ihre Trinkmengen sowie ihre Harnmengen eintragen. Dies sollte an 3 Tagen + Nächten in der Woche vor dem Ambulanzbesuch erfolgen. Dies kann eine hilfreiche Information bei der Klärung Ihrer Beschwerden darstellen.

Bitte geben Sie an wann Sie wie viel trinken, sowie die Art des Getränks. Geben Sie auch den Zeitpunkt jedes Harnabsetzens sowie die jeweilige Harnmenge (in Millilitern) an. Vermerken sie mit einem Sternchen ungewollte Harnverluste und tragen Sie ein „E“ ein wenn Sie die Einlage wechseln. Es folgt ein Beispiel eines ausgefüllten Blasentagebuches um Ihnen die Eintragungen zu erleichtern.

Datum/Zeit DD.MM.JJ	Flüssigkeitsaufnahme (ml)	Harnmenge (ml)	Ungewollter Harnverlust	Einlagenwech- sel
21.02.06			*	
0215		150		
0715		250		
0800	Tasse Kaffee 250ml			
0820		60	*	P
0930	Glas Orangensaft		*	
1000		100		
1200	2 Tassen Kaffee			
1400		300		
1430		20		
1530	Tasse Tee 200ml	200		
1600				
1800	Tasse Tee 200ml		*	P
1900		100	*	
2000	Glas Bier 200ml	20		
2030	Glas Wein 50ml		*	
2200				P
2300		150		

