

Mikční deník – 1. den



Datum:	Uvedte druh a množství vypitých tekutin.	Vyznačte každé močení křížkem v daném časovém rozmezí.	Vyznačte každý pocit silného nucení na močení v daném časovém rozmezí.	Zakroužkujte, kolikrát došlo v daném časovém rozmezí k nechtěnému úniku moči.	Při jaké činnosti došlo k úniku moči?
Čas:					
Příklad	2 sklenice vody 1 hrnek kávy	x x x x x	x x x	⊗ x x x x x x x x	smích, zvedání nákupu
06 – 09				x x x x x x x x	
09 – 12				x x x x x x x x	
12 – 15				x x x x x x x x	
15 – 18				x x x x x x x x	
18 – 21				x x x x x x x x	
21 – 24				x x x x x x x x	
00 – 06				x x x x x x x x	
Celkem					

MoliCare® Lady a Men

Speciální vložky pro lehký únik moči pro ženy i muže



MoliCare® Lady a Men Pants

Diskretní kalhotky pro střední až těžký únik moči pro ženy a muže



MoliCare® Mobile

Natahovací kalhotky pro střední a těžký únik moči pro ženy i muže



Mikční deník – 2. den



O krok dál
pro zdraví

Datum: Čas:	Uvedte druh a množství vypitých tekutin.	Vyznačte každé močení křížkem v daném časovém rozmezí.	Vyznačte každý pocit silného nucení na močení v daném časovém rozmezí.	Zakroužkujte, kolikrát došlo v daném časovém rozmezí k nechtěnému úniku moči.	Při jaké činnosti došlo k úniku moči?
Příklad	2 sklenice vody 1 hrnek kávy	x x x x x	x x x	⊗ x x x x x x x x	smích, zvedání nákupu
06 – 09				x x x x x x x x	
09 – 12				x x x x x x x x	
12 – 15				x x x x x x x x	
15 – 18				x x x x x x x x	
18 – 21				x x x x x x x x	
21 – 24				x x x x x x x x	
00 – 06				x x x x x x x x	
Celkem					

825 581 (03/19)

Vzorky inkontinenčních pomůcek **ZDARMA** a řadu dalších důležitých informací o problematice úniku moči získáte na bezplatné lince **800 100 150** nebo na **www.moliklub.cz**