



Mictie / defecatie – lijst

Invullen:

- wanneer u naar het toilet bent geweest om te plassen of ontlasting heeft gehad.
- wanneer u ongewild urineverlies heeft gehad.
- wanneer u iets gedronken heeft.

- Begin in te vullen bij het opstaan 's ochtends
- 24 uur achtereen noteren
- Zoveel mogelijk het normale toiletgedrag handhaven

Dag van de week / datum: _____

Naam: _____

Plassen		Drinken		Ongewild urineverlies		Ontlasting	
Tijd	Hoeveelheid in ml	Tijd	Hoeveelheid in ml	Tijd	Hoeveelheid (1,2,3)	Tijd	consistentie bijzonderheden
Totaal		Totaal					

Drinken: glas = 150 ml
 kopje = 125 ml
 mok = 200 ml

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