

MIKČNÍ DENÍK

den



DATUM:	TEKUTINY Co jste pili a v jakém množství?	MOČENÍ Zaznamenejte počet močení v časovém období křížkem.	NUTKÁNÍ Zaznamenejte počet případů, kdy jste pocítili silné nebo nepřekonatelné nutkání močení křížkem.	ÚNIK Zaznamenejte křížkem kolikrát došlo v časovém období k nechtěnému úniku moči.	SITUACE Co jste dělali, když došlo k nechtěnému úniku moči?
ČASOVÉ ROZMEZÍ					
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 X	
🕒 09-12				X X X X X X X X X	
🕒 12-15				X X X X X X X X X	
🕒 15-18				X X X X X X X X X	
🕒 18-21				X X X X X X X X X	
🕒 21-24				X X X X X X X X X	
🕒 00-06				X X X X X X X X X	
CELKEM					

MIKČNÍ DENÍK

den



DATUM:	TEKUTINY Co jste pili a v jakém množství?	MOČENÍ Zaznamenejte počet močení v časovém období křížkem.	NUTKÁNÍ Zaznamenejte počet případů, kdy jste pocítili silné nebo nepřekonatelné nutkání močení křížkem.	ÚNIK Zaznamenejte křížkem kolikrát došlo v časovém období k nechtěnému úniku moči.	SITUACE Co jste dělali, když došlo k nechtěnému úniku moči?
ČASOVÉ ROZMEZÍ					
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 X	
🕒 09-12				X X X X X X X X X	
🕒 12-15				X X X X X X X X X	
🕒 15-18				X X X X X X X X X	
🕒 18-21				X X X X X X X X X	
🕒 21-24				X X X X X X X X X	
🕒 00-06				X X X X X X X X X	
CELKEM					