

Miktionsprotokoll

Das Miktionsprotokoll ist ein sehr einfaches Instrument um Informationen über die Blase zu bekommen. Es ist ein wichtiger Teil des Befundes. Anhand dieser Erkenntnisse kann schon ein wichtiger Teil der Therapie geplant und umgesetzt werden.

Sie benötigen dafür einen Messbecher, der ca. 500 ml fasst und bestenfalls eine Einteilung zu je 50 ml hat.

Führen Sie das Miktionsprotokoll über mindestens 2, besser 3 Tage.

Intervall - Die Dauer zwischen den Toilettengängen.

Harndrang - Bitte dokumentieren Sie, wie dringend die Blasenentleerung war.

0	kein Harndrang	könnte auf unbestimmte Zeit hinausgezögert werden
1	Empfindung von Harndrang, aber kein Wunsch nach einem Toilettengang	könnte 1 Stunde hinausgezögert werden
2	mittlerer Harndrang	könnte 30 min herausgezögert werden
3	starker Harndrang	könnte 15 min herausgezögert werden
4	dringender Harndrang	kann keine 5 min herausgezögert werden

unfreiwilliger Harnabgang - Bitte dokumentieren Sie wie folgt:

x.....wenig (einige Tropfen)

xx.....mittel

xxx.....stark (nass)

Harmenge - Bitte dokumentieren Sie die Harmmenge in Milliliter (ml) bei jeder Blasenentleerung mit Hilfe eines Messbechers.

Trinkmenge - Bitte dokumentieren Sie die Trinkmenge in Milliliter (ml). In der folgenden Tabelle finden Sie einige Richtwerte:

Getränk	ca. Richtwert
Kaffeetasse	150 ml
Teebecher	250 ml
Wasserglas	250 ml
Suppenteller	200 ml
Kompottschüssel	150 ml
Joghurt	150 ml

