






Réalisez votre calendrier mictionnel

Ce suivi permettra à votre médecin ou à votre infirmier(ère) d'observer vos habitudes de sondage. Il (elle) pourra ainsi vous aider à adapter la fréquence ou les horaires de vos sondages et déceler les problèmes éventuels. Il est important que vous complétiez le plus précisément possible votre calendrier (ou catalogue) mictionnel.






Ne modifiez pas vos habitudes alimentaires, vos boissons et votre façon d'aller aux toilettes pendant son remplissage.

Comment le remplir ?

1. Notez la **date du jour**.
2. Indiquez l'heure et la **quantité de boissons bues** depuis le dernier sondage en millilitres.
3. Indiquez l'heure et mesurez la **quantité de chaque miction** (action d'aller uriner) en millilitres, en commençant par la première miction du matin . Pour cela, utilisez un verre doseur ou une poche à urine graduée.
4. **Signalez l'heure de la survenue éventuelle de fuites** et leur importance (+ quelques gouttes, ++ importantes ou +++ très importantes)
5. **Précisez les circonstances de survenue de ces fuites** (Toux, marche, effort, sensation urgente d'uriner, insensibilité...).
6. Indiquez dans la case "Commentaires" toute **autre symptôme ou information remarquable**.

Calendrier mictionnel du ____/____/____				
 Quantité de boissons bues (en ml) et horaire	 Quantité urinée (en ml) et horaire	 Fuites éventuelles (+, ++ ou +++) et horaire	 Circonstances des fuites	 Commentaires
TOTAL/24h:	TOTAL/24h:			

Faites l'addition de ces quantités mesurées par jour, pour obtenir la quantité d'urine par 24 heures.

Calendrier mictionnel du ____/____/____				
 Quantité de boissons bues (en ml) et horaire	 Quantité urinée (en ml) et horaire	 Fuites éventuelles (+, ++ ou +++) et horaire	 Circonstances des fuites	 Commentaires
TOTAL/24h:	TOTAL/24h:			

Faites l'addition de ces quantités mesurées par jour, pour obtenir la quantité d'urine par 24 heures.

Si vous avez besoin d'aide pour compléter ce calendrier, n'hésitez pas à demander conseil à votre médecin ou à votre infirmier(ère).