

Comprender os Padrões da sua Bexiga: Diário da Bexiga

Nome: _____

Data: _____

Instruções

1. Introduza o seu nome e a data (se o diário for entregue pelo seu médico assistente).
2. Após cada ida à casa de banho ou perda acidental registre a ocorrência no diário.
3. Registe em cada dia no diário: quais os tipos e quantidades de bebidas que ingeriu durante o dia, o número de vezes que foi à casa de banho, o número de perdas acidentais, que actividade fazia na altura de cada perda acidental, e se sentiu uma necessidade urgente de ir à casa de banho antes de cada perda acidental.
4. Por favor leve o seu diário completamente preenchido ao seu médico assistente para discutirem a causa do padrão da sua bexiga e determinarem qual o tratamento adequado para o seu caso.

Hora	Bebidas		Urinar (idas à casa de banho)	Ocorrências			
				Perdas acidentais	O que estava a fazer na altura?	Sentiu uma necessidade urgente de ir à casa de banho?	
	Que tipo?	Quantidade?	Quantas vezes?	Quantas?	Espirrar, rir, exercício, esforços, etc.	Assinale com círculo	
Exemplo	Café	2 chávenas	2	1	Rir	Sim	Não
Manhã 6 – 11h						Sim	Não
						Sim	Não
						Sim	Não
						Sim	Não
Tarde 11 – 17h						Sim	Não
						Sim	Não
						Sim	Não
						Sim	Não
Noite 17 – 22h						Sim	Não
						Sim	Não
						Sim	Não
						Sim	Não
Madrugada 22 – 6h						Sim	Não
						Sim	Não
						Sim	Não
						Sim	Não