Miktionslista (tidsmiktion)

UROGYN

För att utreda dina besvär med urinering och bedöma vilka åtgärder som är lämpliga, har vi stor nytta av uppgifter om hur ofta Du går och kissar per dygn, hur mycket urin som kommer vid varje tillfälle och vilken fart det är på urinstrålen. För att göra mätningarna går det utmärkt att använda ett enkelt kärl som Du förbereder genom att mäta upp och markera varje deciliter med en spritpenna.

Anteckna **klockslag** och **mängd urin** varje gång du urinerar. Du ska mäta under **två hela dygn**, såväl dag som natt.
Vid minst **fyra tillfällen** per dygn ska du också mäta **hur lång tid** det tar att kissa den första decilitern. Ta tid i sekunder från det att urinen börjat rinna och till dess att 1-deciliterstrecket i kärlet passerats. Mät sen hela mängden urin som vanligt. Var uppmärksam på om det svider, läcker eller om Du har andra besvär med att urinera.

Du kan fylla i formuläret på din dator, spara det och fortsätta fylla i det. Använd helst Adobe Acrobat Reader. Chromes inbyggda pdf-plugin har kända problem som gör att formuläret kanske inte fungerar som det skall. Det går förstås bra att fylla i formuläret för hand också.

Namn: Personnummer:

DYGN 1. Datum			.	**DYGN 2.** Datum		
Klockan:	**Antal sekunder för 1:a decilitern:**	**Mängd urin(dl):**	.	**Klockan:**	**Antal sekunder för 1:a decilitern:**	**Mängd urin(dl):**
			.			
			.			
			.			
			.			
			.			
			.			
			.			
			.			
			.			
			.			
			.			
			.			
			.			
			.			
			.			
			.			

Sammanställning:

Mätetal	Dygn 1	Dygn 2	Medel/dygn
Urinvolym (dl)			
Antal miktionstillfällen			

Genomsnittligt antal sekunder