



Tento deník použijte pro záznam vašeho příjmu tekutin, frekvence chození na toaletu a záznam vymočených objemů (lze doma velmi snadno měřit pomocí odměrky). Současně je vhodné zaznamenávat silné pocity nucení na močení a případné úniky moče. Mikční deník pomáhá lékařům lépe zhodnotit Vaše příznaky.

Na příkladu je ukázáno, jak deník používat. Na každý den použijte novou stránku.

Datum:	Čas probuzení:	Čas, kdy jdete spát:
--------	----------------	----------------------

Čas	Nápoje (druh a množství)	Množství moči (ml)	Cítil/a jste silné nucení na močení?	Únik moči?
<i>Příklad</i>	<i>Hrnek čaje – 200ml</i>	<i>500 ml</i>	<input checked="" type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input checked="" type="radio"/> Ne
06:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
07:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
08:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
09:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
10:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
11:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
12:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
13:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
14:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
15:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
16:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
17:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
18:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
19:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
20:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
21:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
22:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
23:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
00:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
01:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
02:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
03:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
04:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne
05:00			<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne	<input type="radio"/> Ano <input type="radio"/> Ne