



יומן הטלת שתן - הוראות שימוש

מהו יומן הטלת שתן?

יומן הטלת שתן הינו רישום של 24 שעות של צריכת נוזלים והטלת שתן. המידע הרשום בטבלה יכול לסייע לרופא להבין את מאזן הנוזלים שלך: הרגלי שתיה, תדירות הטלת השתן, דחיפות, קיבולת השלפוחית ועוד מידע חשוב לגבי תפקוד שלפוחית השתן שלך.

יומן הטלת שתן יכול להצביע על גורמים (בהרגלי אכילה, שתייה או בהרגלים התנהגותיים) המחמירים את התסמינים שלך, כמו כן יכול לעזור לרופא באבחון.

איך למלא את היומן?

1. כל דף הינו מעקב של יממה (24 שעות), יש להתחיל למלא את היומן כשהתעוררת ולסיימו בבוקר שלמחרת באותה שעה.
2. יש לתעד את כמות הנוזלים ששתית, להשתדל שהכמות תהיה מדוייקת ככל שניתן (דוגמאות: כוס - 220 מ"ל, פחית קולה - 330 מ"ל, או 0.5 ליטר מים).
3. את מדידת השתן יש לבצע באמצעות כוס מדידה (לעיתים ניתן למוצאה במשרדו של הרופא).
4. רצוי למלא יומן במשך שלושה ימים, שלא חייבים להיות רצופים. יום אחד של רישום עלול שלא לייצג נאמנה את מצב השלפוחית.
5. על הרישום להיות מדויק ככל שניתן!
היומן שימושי לרופא כאשר כל צריכת הנוזלים והטלת שתן נרשמו!

שרות לציבור. מוגש בחסות חברת פייזר
פנה לרופא למידע נוסף על שלפוחית רגיזה



משתדלים להיות תמיד קרוב לשירותים?
ייתכן כי אתם סובלים משלפוחית רגיזה

