



Calendrier mictionnel



Partenariat UTEP

Il vous a été demandé de faire un calendrier ou catalogue mictionnel.

Ce recueil de données a pour but d'étudier le plus précisément possible « le fonctionnement de votre vessie » dans votre vie quotidienne et ainsi de mieux comprendre les paramètres en cause de vos troubles urinaires.

Il peut également servir à contrôler ou surveiller le résultat d'un traitement médical et/ou chirurgical,

Il ne faut donc pas modifier vos habitudes alimentaires, vos boissons et votre façon d'aller aux toilettes.

Pour effectuer ce calendrier mictionnel : **Il vous est demandé de le faire sur 3 jours**

(non obligatoirement consécutifs)

- **du premier lever du matin** (quand vous commencez votre journée)
- **jusqu'au premier lever du lendemain matin** (pendant 24 heures, nuit comprise). **Chaque jour choisi pour ces mesures il faut :**
- **Noter l'heure de chaque événement urinaire*** : envie pressante, douleur, miction par précaution, fuite et leur importance (+ ++ ou +++) et leur circonstance de survenue (toux, marche, envie pressante, changement de position, perte insensible, en dormant etc...)
- **Mesurer la quantité de chaque miction** (action d'aller uriner) en **millilitres** à l'aide d'un verre mesureur (et celle recueillie par sondage si vous vous sondez)
Noter : M pour miction aux toilettes, S pour sondage
- en commençant par la première miction du matin avec intention de se lever (quand vous commencez votre journée).
- **Faire l'addition** de ces quantités mesurées par jour (pour obtenir la quantité d'urine par 24 heures).
- **Notez en haut de la feuille la date, l'heure du lever et du coucher, le nombre de protections utilisées**, avec de préférence leur poids avant utilisation et en fin d'utilisation afin de mesurer le poids d'urines perdues. **Faire l'addition** de ces quantités mesurées par jour (pour obtenir la quantité de perte d'urine dans les protections par 24 heures).
- Signaler également tout autre symptôme remarquable. Nous vous remercions de suivre attentivement ces conseils pour la réalisation la plus précise de votre catalogue mictionnel.
- Pour les boissons : indiquer de préférence la quantité en ml et faire l'addition de ces quantités mesurées par jour (pour obtenir la quantité de boisson par 24 heures).

NOM, PRENOM :

Date de naissance :

