

## Diário miccional – Diário da Bexiga

Este diário da bexiga de 3 dias, quando correctamente preenchido, constitui uma ferramenta importante para o seu Urologista obter um diagnóstico eficaz de doenças que afectem o funcionamento do seu aparelho urinário. De preferência, escolha dias nos quais tenha disponibilidade para fazer o preenchimento mais completo possível das tabelas.

### Instruções de preenchimento:

Por favor preencha cada evento na linha da hora correspondente. Caso não seja à hora certa, coloque na hora mais próxima (por ex. se 11:25 → 11:00; se 11:35 → 12:00) ou modifique a hora.

**Quando se levantar**, escreva “ACORDEI” e **quando se deitar**, escreva “DEITEI” em cima das horas.

**Quando ingerir líquidos**, preencha a “Quantidade” e o “Tipo” da coluna “Bebidas”. Anotar a quantidade de líquido ingerido, em mililitros, ou se não conseguir quantificar, referir se foi um copo, uma chávena, etc. Colocar o tipo de líquido que ingeriu: água, chá, sumo, café, sopa, etc.

**Quando urinar ou tiver perdas involuntárias de urina**, preencha a “Quantidade de urina (mls)” e a “Sensação da bexiga” da coluna “Produção de Urina”.

#### “Quantidade de urina (mls)”

Quando urinar, registre nesta coluna a quantidade de urina em mililitros, de dia e de noite.

Se urinou, mas não lhe foi possível quantificar a urina, coloque um “X”.

Se teve uma perda involuntária de urina, escreva “PERDA”

**“Sensação da bexiga”** – descreva a sensação da bexiga quando foi à casa de banho utilizando o seguinte código:

**0** – se não teve qualquer sensação de vontade de urinar, mas urinou por razões sociais, como por ser mesmo antes de sair ou ser incerto quando seria a próxima ida à casa de banho.

**1** – se teve uma vontade normal de urinar e sem nenhuma sensação de urgência

*(a urgência define-se como a vontade de urinar súbita, compulsiva, que é difícil de adiar, ou uma sensação repentina de que precisa urinar e de que se não o fizer vai ter um acidente)*

**2** – se teve urgência, mas já tinha passado antes de chegar à casa de banho

**3** – se teve urgência, mas conseguiu chegar à casa de banho a tempo, ainda com urgência, sem perda de urina

**4** – se teve urgência e não conseguiu chegar à casa de banho a tempo, por isso teve uma perda involuntária de urina

**Quando colocar ou mudar um penso / fralda**, assinale com um “X” na coluna “Pensos/Fraldas”.

Aqui está um exemplo de como preencher o diário:

Hora	Bebidas		Produção de Urina		Pensos / Fraldas
	Quantidade (mls)	Tipo	Quantidade de urina (mls)	Sensação da Bexiga	
06:00 Acordei			350 ml	2	
07:00	300 mls	chá			
08:00			X	2	
09:00	Copo	água	Perda	4	X

**Diário miccional – Dia 1 – Data \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_**

Hora	Bebidas		Produção de Urina		Pensos / Fraldas
	Quantidade	Tipo	Quantidade de urina (mls)	Sensação da Bexiga	
06:00					
07:00					
08:00					
09:00					
10:00					
11:00					
12:00					
13:00					
14:00					
15:00					
16:00					
17:00					
18:00					
19:00					
20:00					
21:00					
22:00					
23:00					
00:00					
01:00					
02:00					
03:00					
04:00					
05:00					

Qualquer dúvida que tenha no preenchimento, por favor disponha dos nossos contactos em rodapé.

**Diário miccional – Dia 2 – Data \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_**

Hora	Bebidas		Produção de Urina		Pensos / Fraldas
	Quantidade	Tipo	Quantidade de urina (mls)	Sensação da Bexiga	
06:00					
07:00					
08:00					
09:00					
10:00					
11:00					
12:00					
13:00					
14:00					
15:00					
16:00					
17:00					
18:00					
19:00					
20:00					
21:00					
22:00					
23:00					
00:00					
01:00					
02:00					
03:00					
04:00					
05:00					

Qualquer dúvida que tenha no preenchimento, por favor disponha dos nossos contactos em rodapé.

**Diário miccional – Dia 3 – Data \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_**

Hora	Bebidas		Produção de Urina		Pensos / Fraldas
	Quantidade	Tipo	Quantidade de urina (mls)	Sensação da Bexiga	
06:00					
07:00					
08:00					
09:00					
10:00					
11:00					
12:00					
13:00					
14:00					
15:00					
16:00					
17:00					
18:00					
19:00					
20:00					
21:00					
22:00					
23:00					
00:00					
01:00					
02:00					
03:00					
04:00					
05:00					

Qualquer dúvida que tenha no preenchimento, por favor disponha dos nossos contactos em rodapé.