



DIARIO MICCIONAL

Este diario le ayudará a registrar información valiosa para que su médico oriente el tratamiento y dé seguimiento a la enfermedad. Debe de realizarlo por 3 días consecutivos.

1. **REGISTRE LA HORA A LA QUE SE ACUESTA Y SE LEVANTA**

2. **REGISTRE LA HORA DE LA MICCIÓN:** registre la hora del día o de la noche en la cual orina o tiene escape de orina

3. **REGISTRE EL VOLUMEN DE ORINA:** registre la cantidad que orina, en mililitros (ml) o en centímetros cúbicos (cc), medida con un recipiente medidor.

4. **REGISTRE SI HAY URGENCIA**

PARA ORINAR: registre cuando sienta deseo fuerte y repentino de orinar, que no pueda aguantar (leve, moderado, severo, incontinencia)

5. **REGISTRO DE LOS ESCAPES DE ORINA:** registre si presenta escapes de orina y si esta relacionado con la sensación de urgencia o cuando realiza esfuerzo.

6. **REGISTRE LAS DEPOSICIONES:** registre la hora del día en la que presenta deposición usando la siguientes escala: ver escala Bristol.

7. **REGISTRE EL CONSUMO DE BEBIDAS:** registre la cantidad y el tipo de bebida (en ml o cc).

A continuación encontrará un ejemplo de cómo hacer los registros en el diario:

Hora	Volumen de orina (ml o cc)	Grado de urgencia	Escape de orina	Escala Bristol	Tipo y cantidad de bebida (ml o cc)
5:00	250 ml	Leve			30 ml café
10:30	200 ml		Si con esfuerzo		
12:50				3	100 ml jugo

ESCALA DE BRISTOL		
1		Heces en bolas duras y separadas, similar a un fruto seco.
2		Heces con forma de salchicha pero con relieve, formada por bolas unidas.
3		Heces con forma de salchicha con grietas en la superficie.
4		Heces con forma alargada como salchicha, lisa y blanda.
5		Heces blandas y trozos separados o con bordes definidos.
6		Heces blandas y trozos separados o con bordes pegados como puré
7		Heces líquidas, sin trozos solidos

