

Mikčný denník – 1. deň



Dátum:	Uveďte druh a množstvo vypitých tekutín.	Vyznačte každé močenie krížikom v danom časovom rozmedzí.	Vyznačte každý pocit silného nútenia na močenie v danom časovom rozmedzí.	Zakrúžkujte, koľkokrát došlo v danom časovom rozmedzí k nechcenému úniku moču.	Pri akej činnosti došlo k úniku moču?
Čas:					
Príklad	2 poháre vody 1 hrnček kávy	x x x x x	x x x	⊗ x x x x x x x x	smiech, zdvíhanie nákupu
06 – 09				x x x x x x x x	
09 – 12				x x x x x x x x	
12 – 15				x x x x x x x x	
15 – 18				x x x x x x x x	
18 – 21				x x x x x x x x	
21 – 24				x x x x x x x x	
00 – 06				x x x x x x x x	
Celkom					

MoliCare® Premium Lady a Men

Špeciálne vložky na ľahký únik moču pre ženy aj mužov



MoliCare® Mobile

Naťahovacie nohavičky na stredný a ťažký únik moču pre ženy aj mužov



Mikčný denník – 2. deň



O krok ďalej
pre zdravie

Dátum:	Uvedte druh a množstvo vypitých tekutín.	Vyznačte každé močenie krížikom v danom časovom rozmedzí.	Vyznačte každý pocit silného nútenia na močenie v danom časovom rozmedzí.	Zakrúžkujte, koľkokrát došlo v danom časovom rozmedzí k nechcenému úniku moču.	Pri akej činnosti došlo k úniku moču?
Príklad	2 poháre vody 1 hrnček kávy	x x x x x	x x x	⊗ x x x x x x x x x	smiech, zdvíhanie nákupu
06 – 09				x x x x x x x x x	
09 – 12				x x x x x x x x x	
12 – 15				x x x x x x x x x	
15 – 18				x x x x x x x x x	
18 – 21				x x x x x x x x x	
21 – 24				x x x x x x x x x	
00 – 06				x x x x x x x x x	
Celkom					

823 451 (03/19)

Zažiadajte si o vzorky špeciálnych vložiek na ľahký únik moču a ťažké úniky moču a ťažké úniky moču a ťažké úniky moču **MoliCare®** na bezplatnej telefónnej linke **0800 100 150** alebo na **www.moliklub.sk**, kde získate rad ďalších dôležitých informácií o problematike úniku moču.