



Calendrier mictionnel

Instructions

Dans le cadre de votre suivi en clinique d'urogynécologie, l'équipe de soins souhaite connaître vos habitudes et symptômes mictionnels (miction veut dire uriner). Ce calendrier vous aidera à faire le suivi quotidien.

Il est recommandé de compléter le calendrier le plus fidèlement possible pendant trois jours ou selon la durée suggérée par l'équipe de soins. Vous pouvez choisir des jours non-consécutifs en autant que ceux-ci vous permettent de compléter le calendrier adéquatement.

Pour mesurer la quantité d'urine lors de la miction, nous vous suggérons d'utiliser une vieille tasse à mesurer.

Lorsque vous complétez le calendrier, il est important de conserver vos habitudes de vie (alimentation, hydratation, sommeil, exercice, etc.).

Apportez le calendrier lors de vos rendez-vous à la clinique. Ainsi, l'équipe de soins pourra dresser un portrait de vos besoins, cibler les examens à faire et établir un plan de traitement adapté.

Légende

Incontinence	Contexte
<ol style="list-style-type: none"> Fuite légère : gouttes d'urine dans la culotte Fuite modérée : culotte mouillée ou protège-dessous imbibé Fuite sévère : vêtement et sous-vêtement à changer 	<ul style="list-style-type: none"> Urgence mictionnelle : impossible à retenir Toux Éternuement Autre : décrire l'activité (ex. : exercice physique, soulever des charges, etc.)

Date	Heure	Boisson (type ou sorte)	Boisson, quantité (mL)	Quantité d'urine lors de la miction (mL)	Incontinence	Contexte

