

Miktielijst

datum _____				Dag van de week _____				
Plassen		Drinken		Ongewild urineverlies			Klachten pijn /sterke aandrang	
tijd	hoeveelheid in ml	tijd	hoeveelheid (zie onder)	tijd	activiteit	hoeveelheid (zie onder)	tijd	klacht omschrijving
Drinken	Glas kopje	150 -300 ml 125 ml		Mok of soepkom Fruit	200 ml 75 ml		Toetje	150 ml
Ongewild urine verlies 1. enkele druppels 2. geringe hoeveelheid 3. veel (verwisselen kleding)								