尿管磁性蓋 小便日記

姓　名：_____　　**記錄日期:**_____年_____月_____日~_____年_____月_____日

時間間隔	第一天 日期:_____月_____日			第二天 日期:_____月_____日			第三天 日期:_____月_____日		
	排尿量	膀胱感覺	飲用液體量	排尿量	膀胱感覺	飲用液體量	排尿量	膀胱感覺	飲用液體量
(午夜)00~01		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
01~02		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
02~03		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
03~04		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
04~05		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
05~06		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
(早上)06~07		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
07~08		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
08~09		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
09~10		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
11~12		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
(下午)12~13		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
13~14		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
14~15		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
15~16		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
16~17		無感、微漲、急			無感、漲、急			無感、微漲、急	
17~18		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
(晚上)18~19		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
19~20		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
20~21		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
21~22		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
22~23		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
23~24		無感、微漲、急			無感、微漲、急			無感、微漲、急	
起床時間									
就寢時間									

注意事項

1. 膀胱正常容量約 300-400cc，每泡尿勿「超過」500cc，若大於 500cc，請縮短排尿間隔時間。
2. 每小時進食液體 100-150cc，盡量不要突然大量喝水，容易膀胱飽漲，造成不可逆傷害。
3. 睡前 4 小時進食水分「勿超過」200cc，以免因為夜尿影響睡眠。
4. 夜間不須刻意定時排尿，除非有特殊狀況，請依醫師囑咐。
5. 磁性蓋每月更換，可以自購矽膠尿管配合使用。
6. 每次排完尿須用**酒精棉片**將**磁性蓋出口**尿液擦拭乾淨，以免尿液結晶造成磁性蓋閉鎖不全。

※有尿意時，隨時打開尿管磁性蓋進行排尿。

本記錄格式參考高雄榮民總醫院婦女醫學部 尿管磁性蓋小便日記版本