VASAKLINIKEN
anno 1993

Miktionslista

En miktionslista är till för att hjälpa dig som har besvär med att hålla tätt, har trängningar eller måste gå och kissa väldigt många gånger per dygn.

1. Fyll i miktionslistan natt och dag under minst två dygn, så att både arbetsdag och ledig dag ingår.
2. Fyll i klockslag och ange mängden (dl) för varje gång du kissat, t ex i ett hushållsmått.
3. Ange de tidpunkter du noterat läckage och registrera läckagets storlek t ex + droppar, ++ fuktig, +++ våt.

Datum:		
Tidpunkt (kl)	Mängd (dl)	Läckage