

# Inkontinenz-Tagebuch



Tag: \_\_\_\_\_

\*Harndrang und -verlust mit 0 bis 3 bewerten:  
0 = kein | 1 = leicht / wenig | 2 = mittel | 3 = stark / viel

Uhrzeit ca.	Flüssigkeitsaufnahme		Stärke des Harndrangs*	Harnverlust		
	Menge in ml	Art der Flüssigkeit <i>z.B. Saft, Suppe, Cola, Bier...</i>		Grund / Auslöser <i>z.B. Husten, schweres Heben, Niesen, keine Toilette nah...</i>	Stärke des Harnverlusts*	Vorlage gewechselt <i>ja/nein</i>
06:00						
06:30						
07:00						
07:30						
08:00						
08:30						
09:00						
09:30						
10:00						
10:30						
11:00						
11:30						
12:00						
12:30						
13:00						
13:30						
14:00						
14:30						
15:00						
15:30						
16:00						
16:30						
17:00						
17:30						
18:00						
18:30						
19:00						
19:30						
20:00						
20:30						
21:00						
21:30						
22:00						
22:30						
23:00						
23:30						
00:00						

# Inkontinenz-Fragebogen



Datum:

Name, Vorname

## Inkontinenz-Fragebogen

1. Wie oft verlieren Sie ungewollt Urin?

selten, gelegentlich	
täglich, mehrmals täglich, dauernd	

2. Wie groß sind die Urinmengen, die Sie verlieren?

einige Tropfen	
größere Mengen	

3. Das verlieren von Urin

stört mich nur gelegentlich	
behindert mich enorm	

4. in welchen Situationen verlieren Sie Urin?

beim Husten und Niesen	
beim Sitzen, im Liegen	

5. Frauen: Haben Sie Kinder geboren?

Männer: Hatten Sie Operationen an der Prostata

Ja	
Nein	

6. wie häufig müssen Sie täglich Wasserlassen?

Alle 3-6 h	
Alle 1-2 h	

7. müssen Sie auch nachts Wasserlassen?

nie, einmal	
2-4 mal, häufiger	

8. verlieren Sie auf dem Weg zur Toilette Urin?

niemals, selten	
fast immer	

9. wenn Sie Harndrang verspüren, müssen sie dann sofort gehen oder können sie noch abwarten?

kann warten, muss bald 10-15 min gehen	
muss sofort gehen	

verspüren Sie plötzlich starken Harndrang und verlieren Sie kurz darauf Urin, ohne dass Sie es verhindern können?

nie	
gelegentlich, häufig	

11. verlieren Sie nachts im Schlaf Urin?

Nein, nie	
häufig, regelmäßig	

12. besteht häufiger, kaum unterdrückbarer Harndrang?

eigentlich nie, gelegentlich	
oft, behindert mich sehr	

# Inkontinenz-Fragebogen



a PHOENIX company

13. der häufige, kaum unterdrückbarer Harndrang ist für mich

eigentlich kein Problem	
stört, behindert mich stark	

14. haben sie das Gefühl, dass die Blase nach dem Wasserlassen vollkommen leer ist?

Ja	
Nein	

15. können Sie den Harnstrahl willkürlich unterbrechen?

Ja	
Nein	

16. wie viel wiegen Sie?

Über 70 kg	
Unter 70 kg	