

GROSSE HILFE,  
GANZ NAH.



HILFSWERK



# TRINK- UND AUSSCHIEDUNGSPROTOKOLL

Flüssigkeitsmengen richtig einschätzen,  
Toilettgewohnheiten beobachten, ärztliche Diagnose unterstützen.

Hilfswerk Servicehotline  
**0800 800 820**

mein persönliches Exemplar





# CHECKLISTE ZUR SELBSTBEOBACHTUNG (ERFASSUNG IHRER BESCHWERDEN) SOWIE ZUR VORBEREITUNG AUF EINEN ARZTBESUCH

<b>Verlieren Sie unfreiwillig Harn oder Stuhl?</b>	<b>In welchen Situationen kommt es zu Harnverlust?</b>	<b>Haben Sie häufig Stuhlentleerungsstörungen?</b>
<input type="checkbox"/> Harn <input type="checkbox"/> Stuhl <input type="checkbox"/> beides	<input type="checkbox"/> beim Husten, Niesen oder Lachen <input type="checkbox"/> bei sportlichen Betätigungen/ körperlicher Anstrengung <input type="checkbox"/> nach dem Wasserlassen <input type="checkbox"/> aus keinem ersichtlichen Grund <input type="checkbox"/> ständig	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
<b>Seit wann?</b>	<b>Wie groß ist die Harnmenge, die Sie dabei verlieren?</b>	<b>Wie oft kommt es zu unfreiwilligem Stuhlverlust?</b>
<input type="checkbox"/> seit einigen Wochen <input type="checkbox"/> seit einigen Monaten <input type="checkbox"/> länger	<input type="checkbox"/> ein paar Tropfen <input type="checkbox"/> ein Schwall <input type="checkbox"/> mehr	<input type="checkbox"/> ein Mal pro Woche oder seltener <input type="checkbox"/> zwei bis drei Mal pro Woche <input type="checkbox"/> täglich <input type="checkbox"/> mehrmals täglich <input type="checkbox"/> ständig
<b>Wie oft gehen Sie täglich zur Toilette?</b>	<b>Können Sie Ihre Blase beim Toilettengang komplett entleeren?</b>	<b>Wie ist die Stuhlbeschaffenheit meistens?</b>
<input type="checkbox"/> 3–5 mal <input type="checkbox"/> 6–8 mal <input type="checkbox"/> öfter	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	<input type="checkbox"/> geformt <input type="checkbox"/> breiig <input type="checkbox"/> flüssig
<b>Wie oft kommt es zu unfreiwilligem Harnverlust?</b>	<b>Haben Sie Schmerzen beim Wasserlassen?</b>	<b>Wie stark ist Ihr Alltag durch den Harn-/Stuhlverlust beeinträchtigt?</b>
<input type="checkbox"/> ein Mal pro Woche oder seltener <input type="checkbox"/> zwei bis drei Mal pro Woche <input type="checkbox"/> täglich <input type="checkbox"/> mehrmals täglich <input type="checkbox"/> ständig	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	<input type="checkbox"/> gar nicht <input type="checkbox"/> leicht <input type="checkbox"/> ziemlich <input type="checkbox"/> stark