



Date of preparation 01/2021, BET_2021_0021_CH

Voulez-vous en savoir plus sur la vessie hyperactive ?

Sur le site Internet (en allemand) de la Société suisse d'aide aux personnes incontinentes, www.inkontinex.ch, vous trouverez des informations sur l'incontinence, des manifestations, des liens vers des centres du plancher pelvien et vers le cercle des mécènes.

Ce journal se base sur les contenus du site de la Société suisse d'aide aux personnes incontinentes www.inkontinex.ch

Editeur : Astellas Pharma SA, Richtiring 28, 8304 Wallisellen



Votre journal des mictions

Bon nombre de personnes ont honte de parler de leurs problèmes de miction. Mais n'oubliez pas que vous n'êtes pas le seul ou la seule à souffrir de tels problèmes. Environ 17% des personnes de plus de 40 ans et 560'000 personnes au total en Suisse sont touchées.¹ En observant et en notant vos habitudes en matière de boissons et de passages aux toilettes, vous aiderez votre médecin à diagnostiquer, mieux comprendre et traiter votre problème.

Conservez votre journal des mictions toujours sur vous afin de pouvoir noter les éléments importants rapidement et simplement. Montrez-le à votre médecin lors de votre prochain rendez-vous.

Le calendrier mictionnel est facile à utiliser

Veuillez noter les informations avec l'heure correspondante, en commençant par la première miction le matin au lever.

Volume de boissons : en millilitres (ml)
Volume d'urine : en millilitres (ml)
Urgence mictionnelle : sévère : xxx ; modérée : xx ; faible : x
Perte d'urine : cocher la case correspondante s'il y a perte d'urine

¹ Milsom I, Abrams P, et al. How widespread are the symptoms of an overactive bladder and how are they managed? A population-based, prevalence study. BJU Int 2001;87(9):760-766.

Journal des mictions

heure	1 ^{er} jour				2 ^e jour				3 ^e jour				4 ^e jour				5 ^e jour			
	volume de boissons (ml)	volume d'urine (ml)	urgence mictionnelle	perte d'urine	volume de boissons (ml)	volume d'urine (ml)	urgence mictionnelle	perte d'urine	volume de boissons (ml)	volume d'urine (ml)	urgence mictionnelle	perte d'urine	volume de boissons (ml)	volume d'urine (ml)	urgence mictionnelle	perte d'urine	volume de boissons (ml)	volume d'urine (ml)	urgence mictionnelle	perte d'urine
6 h																				
7 h																				
8 h																				
9 h																				
10 h																				
11 h																				
12 h																				
13 h																				
14 h																				
15 h																				
16 h																				
17 h																				
18 h																				
19 h																				
20 h																				
21 h																				
22 h																				
23 h																				
24 h																				
1 h																				
2 h																				
3 h																				
4 h																				
5 h																				

Remarque : 100 ml = 1 dl