

Guia Fácil do Diário Miccional

O que é um diário miccional?

O diário miccional é um gráfico simples que registra o horário das micções, a quantidade de urina, a ingestão de líquidos e a ocorrência de incontinência urinária ao longo do dia. O médico usa o diário miccional preenchido pelo paciente para compreender os padrões habituais de micção e para formular diagnósticos e planos de tratamento. Além disso, é útil para monitorar os efeitos do tratamento a médio e longo prazo.

Registre em unidades de 24 horas, começando com o horário de despertar.

Preencha o diário miccional durante o período recomendado pelo médico e leve-o na próxima consulta. Para garantir um registro preciso, anote sempre quando urinar e ingerir líquidos. Registre em unidades de 24 horas, começando ao acordar e com a primeira micção do dia.

Dica para medir a quantidade de urina!

Use um copo ou recipiente com escala para medir a quantidade de urina. Ou então, pode-se usar o volume de copos descartáveis de café como referência.



Com o app 'Bladderly', você pode medir a quantidade de urina sem precisar de copo!

- Chávena pequena (≈30-60mL, tipo bica ou café expresso).
- Chávena média (≈150-200mL, tipo galão ou cappuccino).
- Chávena grande (≈250-300mL, tipo café americano ou café de filtro).

Diário Miccional, assim você registra!

1. Hora

Registre a hora da micção, da acordada e da hora de dormir.

Exemplo: 7:30 Acordei



2. Ingestão de líquidos

Registre o tipo e a quantidade de bebida consumida.

Exemplo: Suco de laranja 250mL



3. Micção

Depois de urinar em um recipiente com marcação, registre a quantidade de urina e o horário da micção. *Exemplo: 200mL*

Marque o nível de urgência sentido:

- **0** : Não estava urgente
- **1** : Urgente, mas suportável
- **3** : Urgente, precisei interromper a atividade para ir ao banheiro



4. Incontinência urinária

Se ocorrer incontinência urinária, registre o nível, independentemente da sua vontade.

- **Pequena** – Algumas gotas de urina
- **Média** – Roupa íntima molhada
- **Grande** – Roupa de fora molhada ou urina escorrendo para o chão



*Nota: Registre situações que causaram incontinência, como tosse ou espirros, e qualquer alteração de medicação ou observação importante.



Sem copo. Simples. Sem estresse.

Bladderly - O diário miccional móvel.



Instale o app e use o código gratuito para 14 dias.

*Código gratuito: betterthanpdf

Amado por pessoas em todo o mundo!

Disponível em 51 países ao redor do mundo ✈

850,000 registros acumulados 📊

Medição da urina pelo som

A IA analisa o som e mede a urina com precisão.
Basta seguir a contagem regressiva 3-2-1 no app.

Registro de ingestão de líquidos

Escolha a bebida e registre facilmente a quantidade.
O Bladderly analisa a ingestão e eliminação de líquidos.

Resumo do dia em um olhar

Exibe de forma clara os principais registros,
como o número de micções e a quantidade total de urina.

Armazenamento e impressão fáceis

Você pode salvar e imprimir todos os registros.
Use quando for à consulta médica.

