

# Trink- und Miktionstagebuch

---

# Hinweise zum Trink- und Miktionsstagebuch.

In diesem Tagebuch tragen Sie über einen vereinbarten Zeitraum ein, wann Sie zur Toilette gehen und wann Sie ungewollt Harn verlieren. Sinnvoll ist es auch, die Trinkmenge gesondert zu vermerken. In der Rubrik «Urinverlust» können Sie folgende Symbole verwenden:

- + geringer Harnverlust
- ++ mittlerer Harnverlust
- +++ starker Harnverlust

In der Rubrik «Besonderes» können Sie Aktivitäten wie z. B. Fahrradfahren oder sonstige Tätigkeiten festhalten, welche die Kontinenz zum Zeitpunkt möglicherweise beeinflusst haben.

Nehmen Sie das Trink- und Miktionsstagebuch zu Ihrem nächsten Arztbesuch mit.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg!



Wir senden Ihnen gerne kostenlose Produktmuster zum Ausprobieren. Mehr Informationen finden Sie in der Heftmitte.

Ich nehme zur Zeit folgende Medikamente:

---

---

---

---











# Für ein unabhängiges Leben.

MoliCare® ist der ideale Partner für alle, die trotz Blasenschwäche ein unabhängiges Leben führen möchten. Obwohl sie ein weit verbreitetes Thema ist, gehört Blasenschwäche immer noch zu den Tabuthemen unserer Gesellschaft.

Blasenschwäche ist kein Grund, dem Alltag zu entfliehen: Mit der richtigen Versorgung können Betroffene ein nahezu beschwerdefreies Leben führen. MoliCare® bietet Ihnen kompetente, diskrete Beratung an und versorgt Sie bequem per Post mit den richtigen Inkontinenzprodukten.

Möchten Sie kostenlose Produktmuster bestellen oder haben Sie eine Frage? Unter unserer Gratishepline werden Sie diskret und kompetent von einer ausgebildeten Fachperson beraten.



**Kostenlose Helpline**  
041 349 05 43

Oder besuchen Sie uns auf unserer Webseite und bestellen Sie bequem ein kostenloses Produktmuster in unserem Onlineshop.



**Onlineshop**  
[www.molicare.ch](http://www.molicare.ch)