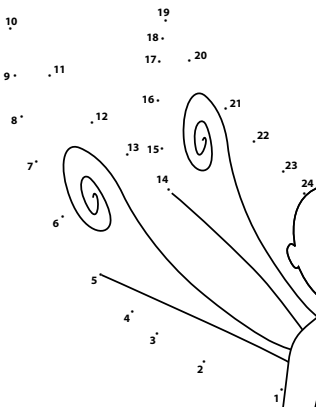


**Ahoj kamarádko, jmenuji se Lucka**  
a chci ti pomáhat s tím, co nás  
obě trápí...



## ZÁZNAM PITNÉ A MIKČNÍ KARTY

- ➔ Pitnou a mikčnickou kartu vyplníte 2 dny, které trávíte celé s dítětem (nejlépe víkend). Dny nemusí následovat po sobě.
- ➔ Dítě nechte pít a jíst tak, jak je zvyklé.
- ➔ Do tabulky na druhé straně zaznamenejte čas, kdy dítě pije.

Zapisujte s přesností na desítky ml množství a druh tekutin (včetně polévek), které dítě za den vypije.

- ➔ Ve stejný den měřte a запиšte množství moči při každém močení. Zapisujte čas, kdy dítě močí.

Zapomene-li dítě močit do odměrky, zaznamenejte močení spolu s časem čárkou do tabulky.

- ➔ K měření jsou vhodné přiložené kelímky nebo kuchyňské odměrky, které lze zakoupit v domácích potřebách.
- ➔ Sledujte a zapisujte i úniky moči přes den (mokré spodní prádlo).
- ➔ Celkový příjem všech tekutin i celkové množství moči za celý den sečtěte.
- ➔ Záznam přineste s sebou ke kontrole.

## ZÁZNAM NOČNÍ PRODUKCE MOČI

- ➔ Lze provádět dvěma způsoby:

- V den záznamu dejte na noc dítěti plenu. Plenu zvažte suchou a pomočenou. Rozdíl hmotnosti запиšte do tabulky. Změřte a запиšte také objem prvního ranního močení.
- Při měření bez plen dítě 2–2,5 hodiny po usnutí vzbudte a nechte vymočit do odměrky. Množství moči запиšte. Dále změřte a запиšte objem prvního ranního močení. Pomočení v noci zaznamenejte čárkou do tabulky.

- ➔ Záznam opakujte 5× a přineste s sebou ke kontrole.

# PITNÁ A MIKČNÍ KARTA

[www.nocvsuchu.cz](http://www.nocvsuchu.cz)

