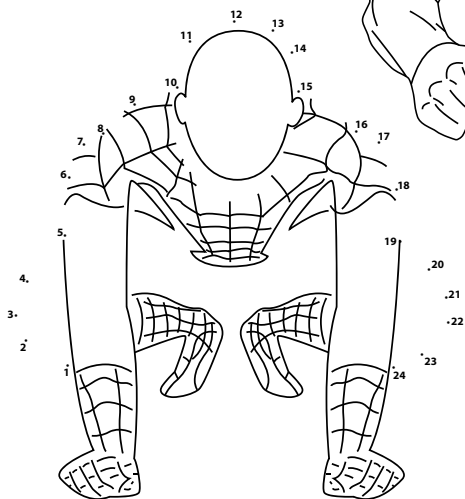


**Ahoj kamaráde,**  
jmenuji se **Honzík**  
a chci ti pomáhat  
s tím, co nás oba trápí...



# PITNÁ A MIKČNÍ KARTA

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

## ZÁZNAM PITNÉ A MIKČNÍ KARTY

- Pitnou a mikční kartu vyplňujte 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:
  - A. V den záznamu dejte na noc dítěti plenu. Plenu zvažte suchou a pomočenou. Rozdílné hmotnosti запиšte do tabulky. Změřte a запиšte také objem prvního ranního močení.
  - B. Při měření bez pleny 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.

# Den 1

DATUM



# Den 2

DATUM

## Příjem tekutin

## Močení

ČAS	MNOŽSTVÍ TEKUTIN (v mililitrech)
<b>CELKEM:</b>	

ČAS	MNOŽSTVÍ MOČÍ (v mililitrech)
<b>CELKEM:</b>	

DENNÍ UNIKY (mokré spodní prádlo)

## Příjem tekutin

## Močení

ČAS	MNOŽSTVÍ TEKUTIN (v mililitrech)
<b>CELKEM:</b>	

ČAS	MNOŽSTVÍ MOČÍ (v mililitrech)
<b>CELKEM:</b>	

DENNÍ UNIKY (mokré spodní prádlo)



**A**

DATUM	PLENA	RANNÍ MOČENÍ objem (ml)	CELKEM (ml)

**B**

DATUM	NOČNÍ MOČENÍ objem (ml)	RANNÍ MOČENÍ objem (ml)	CELKEM (ml)	POMOČENÍ ano/ne

