

# Inkontinens "dagbok"

Uke nr: \_\_\_\_\_



Huk av i den hvite kolonnen hver gang man må på toalettet  
Huk av i den grønne kolonnen hver gang det er lekkasje

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
6.00							
7.00							
8.00							
9.00							
10.00							
11.00							
12.00							
13.00							
14.00							
15.00							
16.00							
17.00							
18.00							
19.00							
20.00							
21.00							
22.00							
23.00							
24.00							
01.00							
02.00							
03.00							
04.00							
05.00							

Hvis du har forskjellige symptomer som smerte når du går på toalettet, bekkenbunnsmerter, blod i urinen eller føler deg generelt uvel, så bør du kontakte legen din.