小便日記表

如果你懷疑自己可能患有「膀胱過度活躍症」，你可填寫以下的小便日記表，記錄每天甚麼時段飲用過飲料或去過洗手間，並用量杯量度每次小便的容量，記下是否感到突發性的尿急或出現漏尿的情況。

你可將填寫完畢的小便日記表於診症時交給你的醫生，連續三天完整的小便日記表有助醫生為你作出正確的診斷。

姓名: _____

日期: _____年 _____月 _____日

	時間	飲料分量（毫升/mL）	每次小便的容量（毫升/mL）	有否感到突發性的尿急	有否漏尿
早 / 午 / 晚	8:00	200		有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚	9:00		100	有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否
早 / 午 / 晚				有 / 否	有 / 否

例子 SAMPLE