

Naam: _____ Datum: _____

Dit plasdagboek en de vragenlijst op de achterzijde kunt u invullen en meenemen bij uw volgende bezoek aan uw arts.

Beantwoord alle vragen iedere keer dat u gaat plassen of dat u urine verliest. Ook als u binnen 1 uur meerdere keren naar het toilet moet, graag alle gegevens noteren. Markeer het uur van opstaan en het uur van naar bed gaan.

Kopje 125 ml Wijnglas 150 ml Fruit 75 ml
 Mok/soepkom ... 200 ml Glas bier/fris 250 ml Toetje 150 ml

Tijdstip	Vochtiname	Geplast volume	Aandrang	Ongewenst urineverlies
Wanneer heeft u gedronken, geplast of urine verloren?	Hoeveel heeft u dit uur gedronken in ml?	Hoeveel heeft u dit uur uitgeplast in ml?	Had u last van plotselinge aandrang en/of moeite om uw plas uit te stellen? (0, +, ++, +++)	Had u last van urineverlies en in welke mate? (0, +, ++, +++)
Voorbeeld <i>08:00-09:00</i>	<i>250 ml</i>	<i>200 ml</i>	<i>++</i>	<i>+</i>
00:00 - 01:00 u				
01:00 - 02:00 u				
02:00 - 03:00 u				
03:00 - 04:00 u				
04:00 - 05:00 u				
05:00 - 06:00 u				
06:00 - 07:00 u				
07:00 - 08:00 u				
08:00 - 09:00 u				
09:00 - 10:00 u				
10:00 - 11:00 u				
11:00 - 12:00 u				
12:00 - 13:00 u				
13:00 - 14:00 u				
14:00 - 15:00 u				
15:00 - 16:00 u				
16:00 - 17:00 u				
17:00 - 18:00 u				
18:00 - 19:00 u				
19:00 - 20:00 u				
20:00 - 21:00 u				
21:00 - 22:00 u				
22:00 - 23:00 u				
23:00 - 00:00 u				

Internationale Prostaat Symptoom Score IPSS*

Voor het vastleggen van de ernst van mictieklachten

Beantwoord alle vragen door het meest relevante getal te omcirkelen.

Door de getallen in de laatste kolom bij elkaar op te tellen bepaalt u de totaal symptoomscore.

Vraag		Antwoord & score						Score
Mictieklachten		Nooit	Minder dan 1 van de 5 keer	Minder dan de helft van de keren	Ongeveer de helft van de keren	Meer dan de helft van de keren	Bijna altijd	
1	Hoe vaak had u de afgelopen maand het gevoel dat uw blaas nog niet helemaal leeg was nadat u geplast had?	0	1	2	3	4	5	
2	Hoe vaak moest u de afgelopen maand binnen twee uur nadat u geplast had weer plassen?	0	1	2	3	4	5	
3	Hoe vaak merkte u de afgelopen maand dat tijdens het plassen de straal enkele keren stopte en weer begon?	0	1	2	3	4	5	
4	Hoe vaak had u de afgelopen maand moeite om het plassen uit te stellen?	0	1	2	3	4	5	
5	Hoe vaak had u de afgelopen maand een zwakke urinestraal?	0	1	2	3	4	5	
6	Hoe vaak moest u de afgelopen maand persen om de urinestraal op gang te brengen?	0	1	2	3	4	5	
7	Hoe vaak moest u de afgelopen maand gemiddeld per nacht opstaan om te plassen, vanaf het moment dat u 's avonds naar bed ging totdat u 's morgens weer opstond?	Nooit 0	1 keer 1	2 keer 2	3 keer 3	4 keer 4	5 keer of meer 5	

Interpretatie symptoomscore: Geen of lichte LUTS: totaalscore <8,
Matige LUTS: totaalscore 8 - 19, Ernstige LUTS: totaalscore 20 - 35

Totaal symptoomscore

Vraag		Antwoord & score						
Kwaliteit van leven		Gelukkig	Plezierig	Over het algemeen tevreden	Gemengde gevoelens (om het even)	Over het algemeen ontevreden	Ongelukkig	Verschrikkelijk
8	Als het plassen uw hele leven zou blijven zoals het nu is, hoe zou u zich dan voelen?	0	1	2	3	4	5	6