Diario Minzionale di 3 Giorni (72 ore)

Dr. Fernando Gómez Sancha
ICUA · Istituto di Chirurgia Urologica Avanzata (Madrid)

Istruzioni semplici: Scelga **3 giornate complete di 24 ore** (anche non consecutive). Usi un contenitore graduato in millilitri (ml). Annoti ogni bevanda e ogni minzione. In **Urg.** indichi lo stimolo improvviso: 0 normale, 1 lieve, 2 forte, 3 perdita. In **N / M** scriva N se si è svegliato per urinare e M sulla **prima urina del mattino al risveglio** (prodotta di notte).

GIORNO 1 · Data: ____/____/_____

Coricato: _____ | Sveglia: _____

Ora	Bevanda (ml)	Urina (ml)	Urg. (0–3)	N / M

Totale bevuto 24 h: _____ **ml**
Totale urinato 24 h: _____ **ml**
Urina notturna (N + M): _____ **ml**

GIORNO 2 · Data: ____/____/_____

Coricato: _____ | Sveglia: _____

Ora	Bevanda (ml)	Urina (ml)	Urg. (0–3)	N / M

Totale bevuto 24 h: _____ **ml**
Totale urinato 24 h: _____ **ml**
Urina notturna (N + M): _____ **ml**

GIORNO 3 · Data: ____/____/_____

Coricato: _____ | Sveglia: _____

Ora	Bevanda (ml)	Urina (ml)	Urg. (0–3)	N / M

Totale bevuto 24 h: _____ **ml**
Totale urinato 24 h: _____ **ml**
Urina notturna (N + M): _____ **ml**

Perché questo foglio cambia molte diagnosi: Se oltre il **33 % del volume urinario totale di 24 ore** viene prodotto durante il sonno (minzioni N più la prima del mattino M), è presente **poliuria notturna** (apnee notturne, riassorbimento di edemi alle gambe, liquidi serali), che nessun farmaco o intervento prostatico da solo può risolvere.