

Dagboek poepen

Naam:

Geboortedatum:

Datum:

De komende tijd vul je elke keer dat je poept een dagboek in. Met de fysiotherapeut heb je afgesproken hoe lang je het dagboek invult. Je ouders kunnen je helpen met het dagboek. In deze folder lees je hoe je het dagboek werkt.

Hoe werkt het dagboek?

Hieronder staat een uitleg per onderwerp.

Hoeveelheid poep

Geef in het dagboek aan hoeveel je hebt gepoept. Dit kan weinig (W), normaal (N) of veel (V) zijn.

Verlies

Heb je verlies van poep gehad? Schrijf het op in je dagboek als dit is gebeurd. Was er een remspoor (R), weinig (W) of veel (V)?

Aandrang

In het dagboek zet je ook neer hoe nodig je moest poepen. Was dit normaal (1), een beetje nodig (2), heel nodig (3) of gestuurd (4)?

Vorm poep

Geef in het dagboek aan hoe je poep eruit zag. Dit kun je doen met het plaatje op de volgende bladzijde. In het dagboek kan je het cijfer van het plaatje erbij zetten.

Pijn tijdens poepen

Had je pijn tijdens het poepen? Zet dit in het dagboek. Hoe erg was de pijn? Met het plaatje hieronder kun je zeggen hoeveel pijn het deed (1 tot 5). Schrijf ook op waar het pijn deed.



