

A. İşeme Günlüğü

| DOI: 10.37609/akya.3759.c149

Kayhan TARIM ¹
Ersin KÖSEOĞLU ²

GİRİŞ

İşeme (mesane) günlüğü, hastaların idrar yapma alışkanlıklarının ve mesane fonksiyonlarının nesnel kaydını tutmaya yönelik bir değerlendirme aracıdır. Uluslararası Kontinans Derneği (International Continence Society-ICS), işeme günlüğünü; idrar çıkarma saatleri, idrar hacimleri, sıklık, gece idrar yapma durumu (noktüri) ve sıvı alımı gibi parametreleri kayıt altına alan bir izlem yöntemi olarak tanımlamaktadır. Bu günlük, alt üriner sistem belirtilerinin değerlendirilmesi, tanı konulması ve tedavi planlamasında kritik bir rol oynamaktadır.

İşeme günlüğü, her bir işeme zamanını, her seferinde boşaltılan idrar hacmini, sıvı alım miktarını, ped kullanımını, idrar kaçırma anlarını, sıkışma/idrar kaçırma derecelerini ve idrar kaçırmanın meydana geldiği koşulları da içermelidir. İdrar kaçırma esnasında yapılan aktivitenin (varsa) kaydedilmesi gereklidir. Klinik açıdan daha anlamlı veriler elde edebilmek için ideal olarak en az üç gün boyunca (ardışık olmak zorunda değildir) kayıt tutulması önerilmektedir. Gündüz ve gece işeme anlarının ayrımının yapılması, değerlendirme açısından önem arz etmektedir.

MESANE GÜNLÜĞÜ TERİMLERİ

Uyanıklık dönemi: Yataktan kalkma ile uyku için yatağa yatma arasındaki dönemi kapsamaktadır.

Uyku dönemi: Kişinin uyku için yatağa girmesi ile ertesi güne başlamaya karar vererek yataktan kalkması arasındaki süredir.

Ana uyku dönemi: Kişinin uykuya dalması ile ertesi güne başlamaya karar vererek yataktan kalkması arasındaki süredir.

Noktürnal: Gece ortaya çıkan durumlardır.

Uyanık dönemde artmış idrar sıklığı: Uyanık dönemde artmış idrar yapma sayısıdır (Uyandıktan sonraki ilk idrarı ve uyumadan önceki son idrarı içermektedir).

Uyku döneminde artmış idrar sıklığı: Uyku döneminde artmış idrar yapma sayısıdır (uyku süresinden bağımsız olarak).

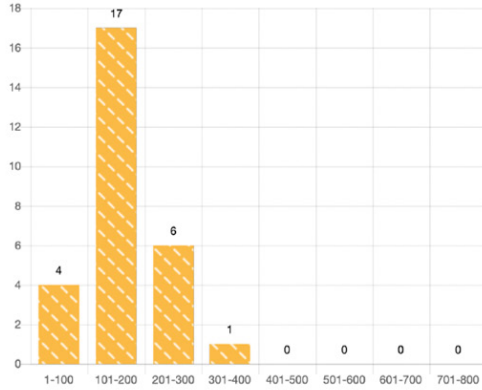
Noktüri: Bireyin ana uyku dönemi boyunca idrar yapma amacıyla uyandığı toplam sayı. Uyku ya dalma anından sabah kalkmaya karar verilen zamana kadar olan dönemde, mesane günlüğüne dayanılarak hesaplanır.

¹ Dr., Ağrı Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Üroloji Kliniği, drkayhantarim@gmail.com, ORCID iD: 0000-0002-6071-1539

² Doç. Dr., Koç Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Üroloji AD., ekoseoglu@kuh.ku.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-5189-0600

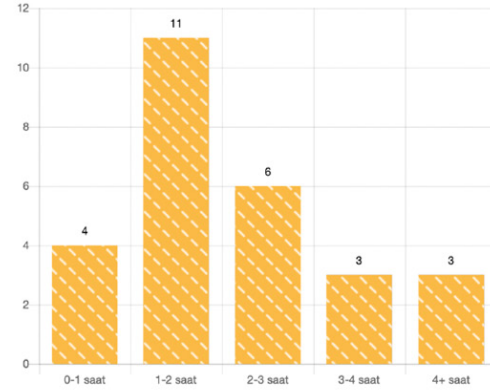
İşeme Hacimleri

Min: 40ml Max: 300ml Medyan: 175ml - Gün: 3



İşeme Aralığı

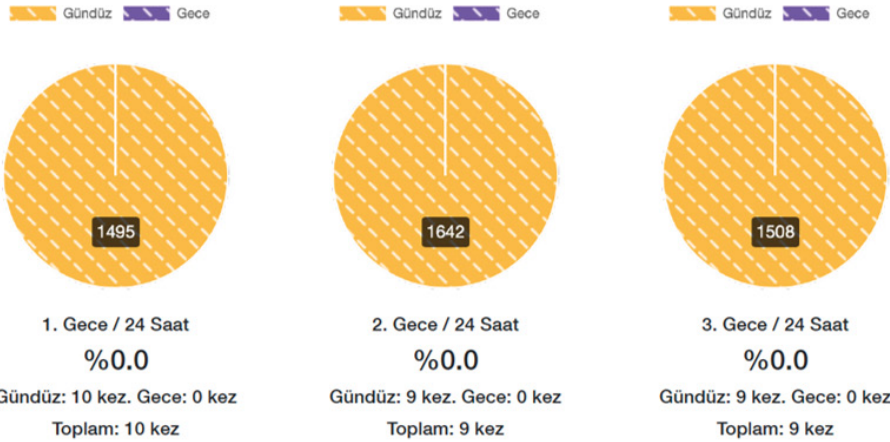
Min: 0, Max: 4, Medyan: 1 - Gün: 3



1e

Gece / 24 Saat İdrar Oranı (ml) ve İdrar Sıklığı

Gün: 3



1f

Şekil 1. Kontinans Derneği tarafından geliştirilmiş olan mesane günlüğü akıllı telefon uygulaması. a. Uygulamanın ana sayfası. b. İşeme günlüğünün kaydedildiği günlere ait tüketilen sıvı hacimleri ve işenen hacimler. c. İşeme günlüğünün tutulduğu günlere ait hastanın sıkışma ve idrar kaçırma sayıları. d. İşeme günlüğünün tutulduğu günlere göre çeşitlerine göre tüketilen sıvı oranları. e. İşeme günlüğünün tutulduğu günlere ait işeme hacimleri ve işeme sıklıkları. f. İşeme günlüğünün tutulduğu günlere ait gece/24 saat idrar hacim oranları ve idrar sıklığı.

KAYNAKLAR

1. D'Ancona C, Haylen B, Oelke M, Abranches-Monteiro L, Arnold E, Goldman H, et al. The International Continence Society (ICS) report on the terminology for adult male lower urinary tract and pelvic floor symptoms and dysfunction. *Neurourol Urodyn.* 2019;38(2):433-77.
2. Abrams P, Cardozo L, Fall M, Griffiths D, Rosier P, Ulmsten U, et al. The standardisation of terminology of lower urinary tract function: report from the Standardisation Sub-committee of the International Continence Society. *Neurourol Urodyn.* 2002;21(2):167-78.
3. Haylen BT, Maher CF, Barber MD, Camargo S, Dandolu V, Digesu A, et al. An International Urogynecological Association (IUGA) / International Continence Society (ICS) Joint Report on the Terminology for Female Pelvic Organ Prolapse (POP). *Neurourol Urodyn.* 2016;35(2):137-68.
4. Hashim H, Blaker MH, Drake MJ, Djurhuus JC, Meijlink J, Morris V, et al. International Continence Society (ICS) report on the terminology for nocturia and nocturnal lower urinary tract function. *Neurourol Urodyn.* 2019;38(2):499-508.
5. van Kerrebroeck P, Abrams P, Chaikin D, Donovan J, Fonda D, Jackson S, et al. The standardisation of terminology in nocturia: report from the Standardisation Sub-committee of the International Continence Society. *Neurourol Urodyn.* 2002;21(2):179-83.
6. Bo K, Frawley HC, Haylen BT, Abramov Y, Almeida FG, Berghmans B, et al. An International Urogynecological Association (IUGA)/International Continence Society (ICS) joint report on the terminology for the conservative and nonpharmacological management of female pelvic floor dysfunction. *Neurourol Urodyn.* 2017;36(2):221-44.