

Continentiezorg / Gynaecologie

## Ontlasting dagboek

U bent onder behandeling of doorverwezen omdat u problemen heeft met de stoelgang. Om inzicht te krijgen in uw ontlastingspatroon vragen we u om dit dagboek bij te houden. Dit dagboek bestaat uit een ontlasting lijst en de Bristol schaal. Hiermee achterhalen we wat uw klachten zijn en geven we u adviezen. U hoort van de specialist of continetieverpleegkundige hoeveel dagen u dit dagboek moet bijhouden.








### Ontlasting lijst

Als u ontlasting heeft, vult u dit per keer in op een nieuwe regel:

- Bij **Datum** vult u de datum in dat u ontlasting heeft gehad.
- Bij **Tijd** vult u het tijdstip in dat u ontlasting heeft gehad of het moment dat u bijvoorbeeld een laxeermiddel zoals Microlax® klyisma of een Bisacodyl zetpil heeft gebruikt.
- Bij **Tijdsduur** vult u in hoe lang u er over heeft gedaan om uw ontlasting kwijt te raken.
- Bij **Hoeveelheid** vult u in hoeveel ontlasting u heeft gehad aan de hand van de symbolen (-/+, +, etc.) die rechts naast de tabel vermeld staan.
- Bij **Consistentie** vult u in hoe de ontlasting er uit ziet. Hiervoor gebruikt u de Bristol schaal die u verderop in deze folder vindt. U vult het cijfer in dat voor de tekening staat die het meeste lijkt op de ontlasting die u heeft gehad. Indien van toepassing kunt u hier ook meerdere cijfers invullen.
- Bij **Stimuleren** vult u in of er gestimuleerd of getoucheerd is. Toucheren wil zeggen of het nodig was om de ontlasting met de handen te verwijderen. Bij vrouwen kan het nodig zijn om via de vagina de ontlasting weg te duwen naar buiten.
- Bij **Incontinent** vult u de hoeveelheid in als u ongewenst ontlasting bent verloren (incontinent bent geweest) en in welke mate dit was. Hiervoor gebruikt u de symbolen die naast de tabel vermeld staan (-/+, +, etc.).
- Bij **Spontane ontlasting** vult u in of u zelf de controle had over de ontlasting en/of de stoelgang van zelf is gegaan of dat dit moeite heeft gekost. Vul in de tabel in: ja/ ging moeizaam/ ging 'te' makkelijk.
- Bij **Eventuele bijzonderheden** vult u in of er bijzonderheden waren. Hierbij kunt u bijvoorbeeld denken aan bloed bij de ontlasting of het gebruik van een 2e Microlax® klyisma (laxeermiddel).

## De Bristol schaal

In onderstaande tabel ziet u een overzicht van de verschillende vormen van ontlasting met bijbehorende plaatjes. Deze informatie kunt u ook gebruiken bij het invullen van het dagboek.

Type 1		Harde, losse keutels (moeilijke stoelgang)
Type 2		Worstvormige samengekleefde keutels
Type 3		Worstvormige stoelgang, brokkelig van structuur
Type 4		Worstvormige stoelgang met zachte en gladde structuur
Type 5		Zachte ontlasting met duidelijke contouren (makkelijke stoelang)
Type 6		Zachte tot zeer zachte ontlasting met onduidelijke contouren
Type 7		Waterige stoelgang, geen structuur aanwezig (geheel vloeibaar)

De tekst in deze folder is grotendeels ontleend aan Coloplast.

Datum		Tijd	Tijdsduur	Hoeveelheid (aangeven in welke mate)	Consi- stentie (Bristol)	Stimuleren/ Toucheren (S/T)	Incontinent (aangeven in welke mate)	Spontane ontlasting	Eventuele bijzonderheden	Naam patiënt: Geboortedatum:  Datiëntnummer:
										Symbolen voor het invullen van  - = geen -/+ = matig + = voldoende ++ = veel +++ = heel veel

