

## 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



Losse harde keutels, zoals noten (moeilijk uit te scheiden).

### Type 2



Als een worst, maar klonterig.

### Type 3



Als een worst, maar met barstjes aan de buitenkant.

### Type 4



Als een worst of slang, glad en zacht.

### Type 5



Zachte keutels met duidelijke randen (makkelijk uit te scheiden).

### Type 6



Zachte stukjes met gehavende randen, een papperige uitscheiding.

### Type 7



Waterig, geen vaste stukjes. Helemaal vloeibaar.



Coloplast en u. **Sterker samen.**

# Defecatiedagboek



Dit defecatiedagboek bestaat uit een defecatielijst en de Bristol schaal. Door het invullen van deze defecatielijst krijgt u een goed inzicht in uw ontlastingspatroon.

## Uitleg over het invullen van de defecatielijst

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 Microlax® klysma of een Bisacodyl zetpil heeft.
- 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 als bijlage aan dit dagboek is toegevoegd. 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 getouchéerd is.
- Bij **Incontinent** vult u de hoeveelheid in als u 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 gecontroleerd spontaan ontlasting heeft gehad (ja of nee).
- Bij **Eventuele bijzonderheden** vult u in of er bijzonderheden waren. Hierbij kunt u bijvoorbeeld denken aan bloed bij de ontlasting, het gebruik van een 2e Microlax® klysma, klachten van autonome dysreflexie of, indien darmspoelen van toepassing is, de hoeveelheid water waarmee u heeft gespoeld.

[illegible]