

## Chirurgie / Coloncure

# Ontlastingsdagboek

## Bij functionele (buik)klachten

Naam:.....

Geboortedatum:.....

Begindatum:.....

### Inleiding

U heeft dit ontlastingsdagboek meegekregen omdat u functionele (buik)klachten ervaart. Wanneer u het ontlastingsdagboek invult, kan de arts of verpleegkundige beter inschatten hoe uw ontlastingspatroon is. Hiermee bedoelen we hoe vaak u naar het toilet gaat om te poepen (ontlasting), of u ontlasting krijgt en hoe deze eruit ziet. Dat schrijft u op in het onderstaand schema. Dit doet u gedurende 14 dagen.

Vul eerst de datum in. Vervolgens vult u per dagdeel de tabel in. 's Ochtends begint u met het invullen van de gegevens van afgelopen nacht. Gedurende de dag vult u de gegevens van de ochtend en middag in. Vlak voordat u naar bed gaat vult u de gegevens voor de avond in. De tabel bestaat uit de volgende onderdelen:

- *Frequentie ontlasting*: Hier vult u in hoe vaak u dat dagdeel ontlasting heeft gehad op het toilet.
- *Type ontlasting (Bristol schaal)* Hier geeft u aan hoe uw ontlasting eruit zag. Dit kunt u aangeven met behulp van de Bristol schaal met vormen van ontlasting (zie afbeelding). U vult het cijfer in dat het meest overeenkomt met uw ontlasting. Bij meerdere bezoeken aan het toilet op een dagdeel kunt u dit in volgorde aangeven (bijvoorbeeld 3, 5, 4, 3).
- *Pijn*: Geef hier aan of u pijn heeft tijdens de toiletgang, en waar.
- *Loze aandrang*: Hier geeft u aan of u loze aandrang heeft. Dit houdt in dat u wel aandrang heeft en naar het toilet gaat maar er geen ontlasting komt.
- *Tussentijds verlies van ontlasting*: Geef hier aan op welke tijdstippen u tussentijds ontlasting verliest, en hoeveel dit is. De hoeveelheid kunt u aangeven met een cijfer van 1, 2, 3 of 4. Hierbij is 1 een streepje in de onderbroek, 2 is een beetje ontlasting, 3 is veel ontlasting, en 4 is het meeste, waarbij de ontlasting ook vochtig is.
- *Bijzonderheden*: Hier kunt u eventueel bijzonderheden of opmerkingen aangeven, bijvoorbeeld medicijngebruik.

Ten slotte beantwoordt u de vragen onder de tabel. Dit doet u één keer per dag, aan het einde van de dag.

	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

Figuur 1. Bristol Stoelgangschaal

**Dag 1**

**Datum:**

		<b>Nacht</b>	<b>Ochtend</b>	<b>Middag</b>	<b>Avond</b>
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....

**Dag 2**

**Datum:**

		<b>Nacht</b>	<b>Ochtend</b>	<b>Middag</b>	<b>Avond</b>
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....

**Dag 3**

**Datum:**

		<b>Nacht</b>	<b>Ochtend</b>	<b>Middag</b>	<b>Avond</b>
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....

**Dag 4**

**Datum:**

		Nacht	Ochtend	Middag	Avond
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....

**Dag 5**

**Datum:**

		<b>Nacht</b>	<b>Ochtend</b>	<b>Middag</b>	<b>Avond</b>
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....

**Dag 6**

**Datum:**

		<b>Nacht</b>	<b>Ochtend</b>	<b>Middag</b>	<b>Avond</b>
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....



**Dag 7**

**Datum:**

		<b>Nacht</b>	<b>Ochtend</b>	<b>Middag</b>	<b>Avond</b>
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....

**Dag 8**

**Datum:**

		<b>Nacht</b>	<b>Ochtend</b>	<b>Middag</b>	<b>Avond</b>
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....

**Dag 9**

**Datum:**

		<b>Nacht</b>	<b>Ochtend</b>	<b>Middag</b>	<b>Avond</b>
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....

**Dag 10**

**Datum:**

		<b>Nacht</b>	<b>Ochtend</b>	<b>Middag</b>	<b>Avond</b>
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....

**Dag 11**

**Datum:**

		<b>Nacht</b>	<b>Ochtend</b>	<b>Middag</b>	<b>Avond</b>
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....

**Dag 12**

**Datum:**

		<b>Nacht</b>	<b>Ochtend</b>	<b>Middag</b>	<b>Avond</b>
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....

**Dag 13**

**Datum:**

		<b>Nacht</b>	<b>Ochtend</b>	<b>Middag</b>	<b>Avond</b>
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....

**Dag 14**

**Datum:**

		<b>Nacht</b>	<b>Ochtend</b>	<b>Middag</b>	<b>Avond</b>
<b>Frequentie ontlasting</b>					
<b>Type ontlasting (Bristol schaal)</b>					
<b>Pijn</b>	Ja / Nee				
	Waar?				
<b>Loze aandrang</b>	Ja / Nee				
<b>Tussentijds verlies van ontlasting</b>	Tijdstip				
	Hoeveelheid				
<b>Bijzonderheden</b>					

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw dagelijkse activiteiten?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Hebben uw problemen met de ontlasting u gehinderd in uw (geestelijk) welbevinden?  
Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....

Heeft u vandaag laxeermiddelen, klysma's, of darmspoelingen gebruikt om uw darm te ledigen? Nee/Ja, namelijk:

.....  
.....



Hoe lang kon u de aandrang voor ontlasting uitstellen (hoeveel minuten)?

.....  
.....




## Vragen

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, dan kunt u ze stellen tijdens het eerstvolgende bezoek of contact opnemen met:


<b>Consulent Coloncare</b>	
<b>Locatie Venlo</b>	route 71
<b>Telefoon</b>	 (077) 320 54 65
<b>E-mail</b>	 <a href="mailto:lars@viecuri.nl">lars@viecuri.nl</a>

## VieCuri Medisch Centrum

### Locatie Venlo

Tegelseweg 210  
5912 BL Venlo  
 (077) 320 55 55

### Locatie Venray

Merseloseweg 130  
5801 CE Venray  
 (0478) 52 22 22

Meer informatie [www.viecuri.nl](http://www.viecuri.nl)

Bekijk uw medische gegevens op [www.mijnviecuri.nl](http://www.mijnviecuri.nl)