

# PAD TEST COURT

*Selon les recommandations de l'International Continence Society:*

1. Le test débute **quand vous avez envie d'uriner**
2. Mise en place dans le sous- vêtement d'un système absorbant préalablement pesé (dont le poids sera noté P1 par la suite).
3. Exécuter les exercices suivants :
  - Passer de la position debout à la position assise 10 fois.
  - Tousser vigoureusement 10 fois.
  - Courir sur place pendant 1 minute.
  - Se baisser pour ramasser 5 petits objets posés au sol.
  - Se laver les mains à l'eau froide pendant 1 minute.
4. Le système absorbant est retiré et pesé. (dont le poids sera noté P2)
5. Vous pouvez alors uriner et le volume recueilli est mesuré.

Nombre de garnitures habituellement utilisées par jour	
Poids des pertes au Pad Test court	P2-P1=
Volume recueilli par catalogue mictionnel	