VANDLADNINGSSKEMA

For at få klargjort hvilke årsager der ligger til grund for vandladningsforstyrrelserne, er det vigtigt at kende til følgende: væskeindtagelse, antal toiletbesøg, den totale urinmængde samt eventuelt forekomst af inkontinens.

Derfor bør du i en periode på mindst 48 timer skrive dine notater i skemaet nedenfor. Anfør antal toiletbesøg og mændgen af urin (i ml.). Skriv også ned hvor meget du har drukket (i ml).

Den sidste vandladning om aftenen skrives i dagskolonnen (til venstre) og den første vandladning om morgenen skrives i nat-kolonnen (til højre).

VIGTIGT: Første vandladning om morgenen SKAL inkluderes som natlig vandladning.

Navn

Dato

Bemærkninger

VEJLEDENDE MÆNGDER

1 kop kaffe	= 150 ml	1 sodavand	= 330 ml
1 krus kaffe	= 250 ml	1 glas vand	= 250 ml
1 øl	= 330 ml	1 glas vin	= 150 ml

VÆSKE VAND-LADNINGS-SKEMA

Afklaring i forbindelse med vandladningsforstyrrelser

Dag _____ Måned _____ År _____

DAG (vågenperiode)

Tid	Drukket (ml)	Tisset (ml)	Inkontinens (x)
TOTAL	ml	ml	GANGE

NAT (søvnperiode)

Tid	Drukket (ml)	Tisset (ml)	Inkontinens (x)
TOTAL	ml	ml	GANGE

Total væskeintag (dag+nat) = ml

Total urinmængde (dag+nat) = ml

Natlig urinmængde* / total urinmængde (24 t.) x 100% = %

*OBS. Inklusiv første vandladning om morgenen

Dag _____ Måned _____ År _____

DAG (vågenperiode)

Tid	Drukket (ml)	Tisset (ml)	Inkontinens (x)
TOTAL	ml	ml	GANGE

NAT (søvnperiode)

Tid	Drukket (ml)	Tisset (ml)	Inkontinens (x)
TOTAL	ml	ml	GANGE

Total væskeintag (dag+nat) = ml

Total urinmængde (dag+nat) = ml

Natlig urinmængde* / total urinmængde (24 t.) x 100% = %

*OBS. Inklusiv første vandladning om morgenen

Dag _____ Måned _____ År _____

DAG (vågenperiode)

Tid	Drukket (ml)	Tisset (ml)	Inkontinens (x)
TOTAL	ml	ml	GANGE

NAT (søvnperiode)

Tid	Drukket (ml)	Tisset (ml)	Inkontinens (x)
TOTAL	ml	ml	GANGE

Total væskeintag (dag+nat) = ml

Total urinmængde (dag+nat) = ml

Natlig urinmængde* / total urinmængde (24 t.) x 100% = %

*OBS. Inklusiv første vandladning om morgenen

Dag _____ Måned _____ År _____

DAG (vågenperiode)

Tid	Drukket (ml)	Tisset (ml)	Inkontinens (x)
TOTAL	ml	ml	GANGE

NAT (søvnperiode)

Tid	Drukket (ml)	Tisset (ml)	Inkontinens (x)
TOTAL	ml	ml	GANGE

Total væskeintag (dag+nat) = ml

Total urinmængde (dag+nat) = ml

Natlig urinmængde* / total urinmængde (24 t.) x 100% = %

*OBS. Inklusiv første vandladning om morgenen