

Væske-/vandladningsskema i 1 døgn

Til patienter og pårørende

Hjemmeopgave

Navn:

Cpr-nr.:

Et væske-/vandladningsskema er en dagbog over dit væske indtag og din vandladning igennem 1 døgn. Ved at bruge dette skema kan et kronisk vandladningsproblem belyses enkelt og nemt.

Hjælp til udfyldelse af skema:

Under **væskeindtagelse** skal du notere alle de drikkevarer du drikker, inkl. kaffe, te m.m.

Ved **vandladning** skal du bruge et alm. målebæger til at måle mængden af urin i milliliter og notere det i skemaet.

Utæt for urin betyder ufrivillig afgang af urin.

I feltet **bemærkninger** angiver du eksempelvis hvornår du sover. Angiv alle oplysninger, som du mener har indflydelse på dine vandladningsproblemer - fx hvis der før en ufrivillig vandladning var kraftig vandladningstrang.

Notere dato samt om det var et typisk døgn for dig, på væske skemaet.

Vejledning for antal milliliter i forskellige drikkevarer:

(ml = milliliter)

1 kop kaffe = 150 ml

1 krus kaffe = 250 ml

1 øl = 330 ml

1 sodavand = 250 ml

1 glas vand = 200 ml

1 glas rødvin = 150 ml

1 glas hvidvin = 150 ml

1 tallerken suppe = 300 ml

Væske-/vandladningsskema i 1 døgn

Skriv dato:	Drukket ml.	Vandladning ml.	Utæt for urin (sæt kryds)	Bemærkninger - bl.a. aktivitet (stået op, gået i seng)
07.00				
08.00				
09.00				
10.00				
11.00				
12.00				
13.00				
14.00				
15.00				
16.00				
17.00				
18.00				
19.00				
20.00				
21.00				
22.00				
23.00				
24.00				
01.00				
02.00				
03.00				
04.00				
05.00				
06.00				
Ialt				