

VÆSKE-/VANDLADNINGSSKEMA

Navn: _____

CPR nr.: _____

Væske-/vandladningsskema er en slags dagbog, som viser hvor meget du drikker og hvor store dine vandladninger er.

Du skal bruge en målekande eller et litermål med tydelig inddeling.

Skemaet skal udfyldes i 2 døgn. Hvis du ikke er hjemme hele tiden, skal du have din målekande med.

Det er vigtigt, at du er meget omhyggelig med at udfylde alle rubrikkerne, også selvom det er besværligt og tager lidt tid.

HJÆLP TIL UDFYLDELSE AF SKEMAET:

DRUKKET ML: Du skriver alt hvad du drikker, samt på hvilket tidspunkt, du drikker.

VANDLADNING ML: Du skriver den mængde urin, du lader på toilettet, samt hvilket tidspunkt.

UTÆTHED FOR URIN: Her sætter du "X", hver gang du har været ufrivillig våd i underbenklæderne.

BEMÆRKNING: Her kan du evt. skrive, hvilke aktiviteter, der har medført, at du blev våd i benklæderne.

VEJLEDNING OM MÅL: Her er de mest almindelige mål for kopper og krus, du kan evt. måle hvor meget dine kopper, krus og glas indeholder.

1 kop	150 ml	1 glas rødvin	150 ml
1 krus	250 ml	1 glas hvidvin	150 ml
1 glas	200 ml	1 tallerken suppe	300 ml
1 øl	330 ml	1 sodavand	250 ml

HUSK: Kaffe og te også skal tælles med.

Hvis du har spørgsmål til denne undersøgelse, er du velkommen til at kontakte os på tlf. nr.: 75840500 mandag – torsdag kl.10.30 – 12.00 og fredag kl.10.00 – 11.00.

Dato: _____

Var det et typisk døgn: _____

KLOKKEN	DRUKKET ml	VANDLADNING ml	UTÆTHED FOR URIN	BEMÆRKNING (hvad gjorde dig utæt?)
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				

Gået i seng: _____

Stået op: _____

Vandladningsfrekvens: _____ Største volumen: _____ Mindste volumen: _____

Dato: _____

Var det et typisk døgn: _____

KLOKKEN	DRUKKET ml	VANDLADNING ml	UTÆTHED FOR URIN	BEMÆRKNING (hvad gjorde dig utæt?)
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				

Gået i seng: _____

Stået op: _____

Vandladningsfrekvens: _____ Største volumen: _____ Mindste volumen: _____