

# Vandladningskema

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

Derfor bør du i en periode på mindst 48 timer skrive dine notater i skemaet nedenfor.

Anfør antal toiletbesøg og mængden af urin (i ml). Skriv også ned hvor meget du har drukket (i ml).

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

Navn: \_\_\_\_\_ Dato: \_\_\_\_\_

Bemærkninger: \_\_\_\_\_

1 kop kaffe	= 150 ml
1 krus kaffe	= 250 ml
1 øl	= 330 ml
1 sodavand	= 250 ml

1 glas vand	= 250 ml
1 glas rødvin	= 150 ml
1 glas hvidvin	= 150 ml
1 tallerken	= 300 ml

Dag . måned . år \_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_

Dag (vågenperiode)				Nat (søvnperiode)			
Tid	Drukket (ml)	Tisset (ml)	Inkontinens (x)	Tid	Drukket (ml)	Tisset (ml)	Inkontinens (x)
<b>Totalt:</b>	ml	ml	gange	<b>Totalt:</b>	ml	ml	gange

Total væskeindtagelse (dag + nat) = \_\_\_\_\_ ml  
 Total urinemængde (dag + nat) = \_\_\_\_\_ ml  
 Natlig urinemængde/total urinemængde (24 timer) x 100% = \_\_\_\_\_ %

