

VÆSKE-/VANDLADNINGSSKEMA

Navn: _____

Cpr-nr: _____

Et væske- og vandladningsskema er en dagbog over, hvad og hvor meget du drikker, og hvor stor din vandladning er. Skemaet udfyldes over 3 døgn.

VEJLEDNING TIL UDFYLDELSE AF SKEMA

Væskeindtagelse

Mængden af alle drikkevarer, inklusive kaffe, te, alkohol m.m., måles.

Vandladning

Mål mængden med et målebæger.

Vandladningens mængde er en vigtig information for lægen. Det er derfor af stor betydning, at du måler mængden så præcist som muligt.

Utæt for urin

Når du har ufrivillig vandladning («dryp», lidt eller meget).

Aktivitet

Hvad foretog du dig, da du var utæt for urin? Fx hostede, løftede ting, løb, gjorde gymnastik, satte dig ned i stol, så fjernsyn etc

Vejledning til at vurdere mængden, du drikker:

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

Væske- og vandladningsskema				Dato:	
Dag 1				Typisk dag?	ja: <input type="checkbox"/> nej: <input type="checkbox"/>
Klokken	Væskeindtagelse (ml)	Vandladning ml	Utæt for urin (kryds af)	aktivitet	
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:					

Væske- og vandladningsskema Dag 2				Dato: Typisk dag Ja <input type="checkbox"/> Nej <input type="checkbox"/>
Klokken	Væskeindtagelse (ml)	Vandladning (ml)	Utæt for urin	aktivitet
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				

Væske- og vandladningsskema Dag 3				Dato: Typisk dag? Ja Nej
Klokken	Væskeindtage lse (ml)	Vandladning ml	Utæt for urin	aktivitet
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				