

Vejledning i udfyldelse af væske- og vandladningsskema.

Et væske- og vandladningsskema er en dagbog over hvor meget du drikker og hvor stor din vandladning er.

Skemaet udfyldes over 3 døgn.

Klokken:

For hver måling og oplysning angives *tidspunktet* i formatet *time:minutter*. F.eks. 09:15

Hver dag starter klokken 07:00 og slutter næste morgen klokken 06:59.

Vaskeindtagelse:

Mængden af alle drikkevarer måles og noteres, herunder kaffe, te, alkohol osv.

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

Vandladning:

Ved alle vandladninger måles 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.

Utæthed for urin:

Når du har ufrivillig vandladning, angives det.

F.eks. dryp, lidt, meget, osv.

Aktivitet:

Hvad foretog du dig, da du var utæt for urin?

F.eks. hostede, løftede ting, løb, gjorde gymnastik, satte dig ned i stol, så fjernsyn, kraftig vandladningstrang osv.

Indsendelse af skemaet:

Efter udfyldelse af skemaet sendes det til lægen på www.web-patient.dk

