

Væske- og vandladnings-skema

Navn: _____

Cpr-nr.: _____

Et væske- og vandladnings-skema er en dagbog over, hvad og hvor meget du drikker, og hvor stor din vandladning er. Skemaet udfyldes over 3 døgn. Måleenheden er ml. og døgnet går fra kl. 7:00 til 6:00.

Vejledning til udfyldelse af skema

Væskeindtagelse

Du bedes måle og notere mængden af alle drikkevarer, inklusiv kaffe, te, alkohol m.m.

Vandladning

Du bedes måle mængden med et målebæger og notere på skemaet. Vandladningens mængde er en vigtig information for lægen/sygeplejersken. Det er derfor af stor betydning, at du måler mængden så præcist som muligt.

Du bedes regne den samlede væskeindtagelse og vandladningsmængde ud og notere nederst på skemaet.

Utæt for urin

Du bedes notere når du har ufrivillig vandladning («dryp», lidt eller meget).

Aktivitet

Du bedes notere 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 etc.

Du bedes notere tidspunkt for hvornår du er stået op og gået i seng.

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 Dag 1		Dato:	Typisk dag? Ja Nej	Stået op kl.: Gået i seng kl.:
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				
I alt	ml.	ml.	Bedes udregnet af patient.	

Væske- og vandladningsskema Dag 2		Dato:	Typisk dag? Ja Nej	Stået op kl.: Gået i seng kl.:
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				
I alt			Bedes udregnet af patient.	

Væske- og vandladningsskema Dag 3		Dato:	Typisk dag? Ja Nej	Stået op kl.: Gået i seng kl.:
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				
I alt			Bedes udregnet af patient	