

Vejledning til udfyldelse af væske-/ vandladningsskema

Til patienter og pårørende

Hvorfor skal jeg udfylde et væske- og vandladningsskema?

For at vi kan hjælpe dig med dit vandladningsproblem, er det vigtigt for os at vide:

- hvor meget du drikker og hvornår.
- hvor ofte du lader vandet og hvornår.
- hvor store portioner du kommer af med ad gangen.
- om du er utæt og i hvilke situationer.
- hvor utæt du er.
- om du har haft vandladningstrang før utætheden.
- om du har problemer om natten.
- hvornår du står op, og hvornår du går i seng.

De fleste mennesker kan ikke umiddelbart svare på disse spørgsmål. Som regel har man kun en fornemmelse af det ('ca. så og så meget'), og det er ikke nok. Erfaringer har desuden vist, at mange kan hjælpes ved blot at ændre drikke - og vandladningsvaner.

Hvordan skal jeg udfylde væske og vandladningsskemaet?

Det er vigtigt, at skemaet bliver udfyldt så korrekt og omhyggeligt som muligt.

Også selvom det måske er lidt besværligt.

Udfyld alle rubrikker.

Se vejledningen på forsiden af skemaet.

Forsøg at finde nogle dage, hvor det er lettest for dig at udfylde skemaet.

Det skal dog også gerne være nogle dage, der er typiske for dig. Det skal være dage lige efter hinanden. Brug et halv- eller hellitermål med inddeling i milliliter til at lade vandet i.

Læg venligst kolonnen med væskeindtag sammen pr døgn og kolonnen med vandladning sammen pr døgn.

HUSK at flydende mad også er væske - f.eks. suppe.

HUSK at te og kaffe også skal tælles med.

Har du spørgsmål i forbindelse med udfyldelse af skemaet, er du velkommen til at kontakte Urinvejskirurgisk Ambulatorium.