



Drikke- og vandladningskema

Kvinder

Dette hæfte indeholder et drikke- og vandladningsskema, som har til formål at beskrive dit drikke- og vandladningsmønster over 3 døgn.

Du skal registrere (måle) den væske, du indtager samt mængden af urin ved vandladningen. Hvis du har problemer med at holde på vandet, skal du registrere, i hvilke situationer du bliver utæt og skrive, hvad du foretog dig herunder.

Nedenfor finder du en beskrivelse af, hvordan skemaet udfyldes korrekt.

Skemaet indeholder 3 kolonner:

| Drukket (ml) | Vandladning (ml) | Ufrivillig vandladning |
|--|---|---|
| <p>I denne kolonne skal du anføre, hvor meget væske, du har indtaget i milliliter (ml):</p> <p>1.000 ml = 10 dl = 1 l 1 glas: ca. 200 ml 1 kop: ca. 100 - 150 ml 1 sodavand: ca. 250 ml 1 øl: ca 330 ml</p> | <p>Ved hvert toiletbesøg skal du i denne kolonne anføre, hvor mange milliliter (ml) urin, du er kommet af med. Brug et målebæger.</p> | <p>Ved ufrivillig vandladning er det vigtigt at kortlægge, hvad du foretog dig, da det skete. I denne kolonne skal du derfor sætte kryds i det felt, der passede bedst til situationen.</p> |

Eksempel på udfyldelse af skema

| Tid | Drukket (ml) | Vandladning (ml) | Ufrivillig vandladning | | |
|-------|--------------|------------------|--|--|-------|
| | | | Pludselig/Ukontrolabel vandladningstrang | Host, nys, latter eller fysisk aktivitet | Andet |
| 07.00 | 100 | 200 | | | |
| 08.00 | 300 | | | | |
| 09.00 | | | | | |
| 10.00 | | | | | |
| 11.00 | | | | | |
| 12.00 | 200 | | | | |
| 13.00 | | 200 | | | |
| 14.00 | | | | | |
| 15.00 | 150 | | | X | |
| 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 | | | | | |

Dag 1

Dato

Arbejdsdag

Fridag

Navn

CPR

| Tid | Drukket (ml) | Vandladning (ml) | Ufrivillig vandladning | | |
|-------|--------------|------------------|--|--|-------|
| | | | Pludselig/Ukontrolabel vandladningstrang | Host, nys, latter eller fysisk aktivitet | Andet |
| 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 | | | | | |

Dag 2

Dato

Arbejdsdag

Fridag

Navn

CPR

| Tid | Drukket (ml) | Vandladning (ml) | Ufrivillig vandladning | | |
|-------|--------------|------------------|--|--|-------|
| | | | Pludselig/Ukontrolabel vandladningstrang | Host, nys, latter eller fysisk aktivitet | Andet |
| 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 | | | | | |

Dag 3

Dato

Arbejdsdag

Fridag

Navn

CPR

| Tid | Drukket (ml) | Vandladning (ml) | Ufrivillig vandladning | | |
|-------|--------------|------------------|--|--|-------|
| | | | Pludselig/Ukontrolabel vandladningstrang | Host, nys, latter eller fysisk aktivitet | Andet |
| 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 | | | | | |

Aleris Hospitaler - Vest

Aalborg

Sofiendalsvej 97
DK - 9200 Aalborg SV
Tlf. +45 3637 2750
aalborg@aleris.dk

Esbjerg

Bavnehøjvej 2
DK - 6700 Esbjerg
Tlf. +45 3637 2700
esbjerg@aleris.dk

Aarhus

Brendstrupgårdsvej 21 A, 1. sal
DK - 8200 Aarhus N
Tlf. +45 3637 2500
aarhus@aleris.dk

Herning

Poulsgade 8, 2. sal
DK - 7400 Herning
Tlf. +45 3637 2600
herning@aleris.dk

Aleris Hospitaler - Øst

København

Gyngemose Parkvej 66
DK - 2860 Søborg
Tlf. +45 3817 0700
kobenhavn@aleris.dk

Ringsted

Haslevvej 13
DK - 4100 Ringsted
Tlf. +45 5761 0914
ringsted@aleris.dk

www.aleris.dk

KKFD 20