



## Vandladningskema

Navn	
Personnummer	

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 skemaet

---

#### 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.

#### Ufrivillig vandladning

Når du har ufrivillig vandladning, skal du anføre om det er et "dryp" eller mere. Anfør om du har måttet skifte bind. Og om du har haft kraftig trang til vandladning inden.

#### Bemærkninger

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.

### Væskemængden

---

Du kan regne med følgende mål når du skal angive hvor meget væske du har indtaget:

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

### Skemaerne

---

Du finder skemaer til tre dage på de efterfølgende sider.



## Vandladningskema

Dato: \_\_\_\_\_

Jeg stop op kl: \_\_\_\_\_

Jeg gik i seng kl: \_\_\_\_\_

Klokken	Jeg har drukket	Vandladning	Lille utæthed (dryp)	Stor utæthed	Skiftet bind	Kraftig trang til vandladning	Bemærkninger
	Angiv ml		Sæt kryds (X)				
06:00							
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							



## Vandladningskema

Dato: \_\_\_\_\_

Jeg stop op kl: \_\_\_\_\_

Jeg gik i seng kl: \_\_\_\_\_

Klokken	Jeg har drukket	Vandladning	Lille utæthed (dryp)	Stor utæthed	Skiftet bind	Kraftig trang til vandladning	Bemærkninger
	Angiv ml		Sæt kryds (X)				
06:00							
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							



## Vandladningskema

Dato: \_\_\_\_\_

Jeg stop op kl: \_\_\_\_\_

Jeg gik i seng kl: \_\_\_\_\_

Klokken	Jeg har drukket	Vandladning	Lille utæthed (dryp)	Stor utæthed	Skiftet bind	Kraftig trang til vandladning	Bemærkninger
	Angiv ml		Sæt kryds (X)				
06:00							
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							