

## **VANNLATINGS DAGBOK**

Det er planlagt at du skal komme til oss for undersøkelse eller kontroll. I forkant av timen her ber vi om at du fyller ut denne lille dagboken så nøye som mulig. Dette er viktig for utredning og vurdering av dine vannlatingsplager, og for behandlingen du etter hvert får. Viktig at du skriver med penn, ikke blyant. Ta med registreringene når du møter til timen.

### **VEILEDNING: for registrering av drikkevolum, urinvolum og evt. urinlekkasje:**

- Registreringene gjøres for to døgn, hvert døgn starter med første vannlating (evt. kateterisering) når du står opp, varer fram til første vannlating neste dag. Det trenger ikke være to døgn etter hverandre.
- Foruten at du registrerer urin- og drikke mengde, og klokkeslett for dette, kan du også skrive i kommentarfeltet hva du drikker, i hvilke situasjoner lekkasje oppstår etc. Målingene gjøres for eksempel med litermål. Du kan også skrive om du har urinveisinfeksjon, smerter m.m.
- *Dersom du bruker innlegg/bind på grunn av urinlekkasje, bør du veie disse før og etter bruk. Legg innlegget i en liten plastpose og vei på en vanlig kjøkkenvekt. Skriv i kommentarfeltet hvilken situasjon du var i når lekkasjen oppstod, også selv om du ikke bruker innlegg.*
- Noter klokkeslett for når du la deg og når du stod opp.
- Ved **følelse av trang** skal du nummerere fra 1 til 3, notere dersom du ved vannlatingen hadde: Ingen trang. nr 1, normal/sterk trang nr: 2 og hastverkstrang nr: 3.

### **VEILEDNING: for Registrering av klokkeslett for blæretømming og evt lekkasje (siste ark):**

- Du skal her bare skrive klokkeslettene for når du tømmer blæren, og når du evt. har urinlekkasje. Registreringene gjøres for to andre døgn enn de listene der du måler mengde. Hvert døgn starter med første vannlating (evt. kateterisering) når du står opp varer fram til første vannlating neste dag. Det trenger ikke være to døgn etter hverandre.
- Noter klokkeslett for når du la deg og når du stod opp.

**Registrering av drikkevolum, urinvolum og evt. urinlekkasje.**

**DØGN: 1, dato: \_\_\_\_\_**

Drikke		Urin, tisset selv		Urin, via kateter		Innleggets vekt (gram) Før bruk, etter bruk, differans	Følelse av trang ved vannlating: 1, 2 eller 3.	Kommentar
Kl.	dl/ml	Kl.	dl/ml	Kl.	dl/ml			
						1		
						2		
						3		
						4		
						5		
						6		
						7		
						8		
						9		
						10		
						11		
						12		
						13		
						14		
						15		
						16		
						17		
						18		
						19		
						20		

**Stod opp kl.** \_\_\_\_\_ **La meg kl.** \_\_\_\_\_ Total drikkevolum: \_\_\_\_\_ Nokturi: \_\_\_\_\_  
 Urin totalvolum: \_\_\_\_\_ Maks vol: \_\_\_\_\_ Min. vol: \_\_\_\_\_ Gjennomsn.vol: \_\_\_\_\_ Frekv: \_\_\_\_\_

**Registrering av drikkevolum, urinvolum og evt. urinlekkasje.**

**DØGN: 2, dato: \_\_\_\_\_**

Drikke		Urin, tisset selv		Urin, via kateter			Innleggets vekt (gram)			Følelse av trang ved vannlating: 1, 2 eller 3.	Kommentar
Kl.	dl/ml	Kl.	dl/ml	Kl.	dl/ml		Før bruk,	etter bruk,	differans		
						1					
						2					
						3					
						4					
						5					
						6					
						7					
						8					
						9					
						10					
						11					
						12					
						13					
						14					
						15					
						16					
						17					
						18					
						19					
						20					

**Stod opp kl.** \_\_\_\_\_ **La meg kl.** \_\_\_\_\_ Total drikkevolum: \_\_\_\_\_ Nokturi: \_\_\_\_\_  
 Urin totalvolum: \_\_\_\_\_ Maks vol: \_\_\_\_\_ Min. vol: \_\_\_\_\_ Gjennomsn.vol: \_\_\_\_\_ Frekv: \_\_\_\_\_

### Registrering av klokkeslett for blæretømming og evt lekkasje

	Døgn 1, dato:		Døgn 2, dato:		Kommentarer:	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
	<b>Stod opp kl.</b>	<b>La meg kl.</b>	<b>Stod opp kl.</b>	<b>La meg kl.</b>	<b>Stod opp kl.</b>	<b>La meg kl.</b>

Egen kommentar side. Her kan du skrive notater for deg selv, dersom det er noe du mener har betydning for din vannlatingssituasjon.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---