

Mictiedagboek



Waterlandziekenhuis

Voor instructies: zie achterzijde

Datum	Drink volume in ml	Urine volume in ml	* Urine-verlies
6.00 uur			
6.30 uur			
7.00 uur			
7.30 uur			
8.00 uur			
8.30 uur			
9.00 uur			
9.30 uur			
10.00 uur			
10.30 uur			
11.00 uur			
11.30 uur			
12.00 uur			
12.30 uur			
13.00 uur			
13.30 uur			
14.00 uur			
14.30 uur			
15.00 uur			
15.30 uur			
16.00 uur			
16.30 uur			
17.00 uur			
17.30 uur			

Datum	Drink volume in ml	Urine volume in ml	* Urine-verlies
18.00 uur			
18.30 uur			
19.00 uur			
19.30 uur			
20.00 uur			
20.30 uur			
21.00 uur			
21.30 uur			
22.00 uur			
22.30 uur			
23.00 uur			
23.30 uur			
24.00 uur			
00.30 uur			
01.00 uur			
01.30 uur			
02.00 uur			
02.30 uur			
03.00 uur			
03.30 uur			
04.00 uur			
04.30 uur			
05.00 uur			
05.30 uur			

* Urineverlies: 1 = enkele druppels
 2 = gering (vochtig ondergoed)
 3 = behoorlijk (b.v. kleding verwisselen noodzakelijk)

Datum	Drink volume in ml	Urine volume in ml	* Urineverlies
6.00 uur			
6.30 uur			
7.00 uur			
7.30 uur			
8.00 uur			
8.30 uur			
9.00 uur			
9.30 uur			
10.00 uur			
10.30 uur			
11.00 uur			
11.30 uur			
12.00 uur			
12.30 uur			
13.00 uur			
13.30 uur			
14.00 uur			
14.30 uur			
15.00 uur			
15.30 uur			
16.00 uur			
16.30 uur			
17.00 uur			
17.30 uur			

Datum	Drink volume in ml	Urine volume in ml	* Urineverlies
18.00 uur			
18.30 uur			
19.00 uur			
19.30 uur			
20.00 uur			
20.30 uur			
21.00 uur			
21.30 uur			
22.00 uur			
22.30 uur			
23.00 uur			
23.30 uur			
24.00 uur			
00.30 uur			
01.00 uur			
01.30 uur			
02.00 uur			
02.30 uur			
03.00 uur			
03.30 uur			
04.00 uur			
04.30 uur			
05.00 uur			
05.30 uur			

* Urineverlies: 1 = enkele druppels
 2 = gering (vochtig ondergoed)
 3 = behoorlijk (b.v. kleding verwisselen noodzakelijk)

Handleiding mictiedagboek

Het mictiedagboek (plasdagboek) is bedoeld om voor u en voor ons inzicht te krijgen over:

- Hoeveel u drinkt
- Hoeveel ml u plast
- Hoeveel keer per dag u plast
- Urineverlies

U kunt op het mictiedagboek zien dat de tijd loopt van 6.00 's morgens tot 6.00 uur 's avonds een dag later.

- In de eerste kolom vindt u het *drinkvolume in ml*. U gebruikt de kolom *drinkvolume in ml*, als u bijvoorbeeld een kopje koffie drinkt.

Voorbeeld: u drinkt om 8.00 uur een kopje koffie. U vult dan onder de kolom *drinkvolume*, naast 8.00 uur 125 ml in.

- Elke keer wanneer u plast doet u dit in een maatbeker en kijkt u hoe laat het is.
- Het aantal ml dat u plast vult u in onder de kolom *urinevolume in ml*, achter de tijd dat u geplast heeft. Dit moet u dus 24 uur lang, elke keer wanneer u plast, invullen.
- In de kolom *urineverlies* vult u in: een 1, 2 of 3, afhankelijk van de hoeveelheid urine die u verliest (of verlies bemerkt):

1= enkele druppels

2= gering (vochtig ondergoed)

3= behoorlijk (bijvoorbeeld kleding verwisselen noodzakelijk)

Voor de vochtinname geldt per:

kopje = ca 125 ml

mok / soepkom = ca 200 ml

wijnglas = ca 150 ml

glas bier / fris = ca 200 ml

fruit = ca 75 ml

toetje = ca 150 ml

Colofon

Dit is een publicatie voor patiënten van het Waterlandziekenhuis

Informatie

www.waterlandziekenhuis.nl

e-mailadres: patientenservice@wlz.nl

25.13.561 januari 2012