



Information om Vätske- läckage- och urinmätning

I utredningen av dina besvär från urinvägarna ingår mätningar på listor i två dygn.
När du har gjort listorna kan dina besvär bedömas så att du får rätt behandling.
Listorna består av tre delar: Vätskemätning, läckagemätning och urinmätning.

*Försök leva som vanligt så att listorna visar dina besvär i ditt dagliga liv.
Var aktiv, utsätt dig för situationer som kan ge ökade besvär och läckage.*

- Börja mätningarna på morgonen, eller när du startar vaken tid.
- Gör mätningarna dag och natt i två dygn. Fyll i en lista per dygn.
- Fyll i namn, personnummer och datum när mätningarna gjordes.
- Fyll i klockslag när du gick upp och gick till sängs.

1. Vätskemätning

- Fyll i klockslag och mängd vätska varje gång du dricker eller äter flytande kost.
- I vätskemätning ingår till exempel vatten, mjölk, juice, läsk, kaffe, te, öl, vin, smoothies, filmjölk, yoghurt och soppa.

2. Läckagemätning

- Fyll i klockslag när du sätter på och tar av skyddet.
- Väg skyddet före och efter användning. Fyll i vikten i gram.

3. Urinmätning

- Fyll i klockslag och mängd urin varje gång du tömmer blåsan.
- Mät urinen genom att kissa i en måttkanna när du sitter på toaletten.

Patientanteckningar

- Här kan du skriva om besvären var bättre eller sämre än vanligtvis.
- Skriv om något speciellt hände i samband med läckage, till exempel hosta, nysning, promenad, gymnastikhopp, jogging eller kissnödighet.
- Ange om du läckte utanför skyddet, så att inte allt läckage finns med.