



Information om Vätskeintag- läckage- och urinmätning

I utredningen av dina besvär från urinvägarna ingår mätningar på listor i två hela 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.

- Gör mätningarna dag och natt i två hela dygn.
- Börja mätningarna på morgonen, eller när du startar vaken tid.
- Fyll i ett dygn per lista. Fortsätt på baksidan om listan inte räcker.
- Fyll i ditt namn och personnummer.
- Fyll i datum när mätningarna gjordes.
- Fyll i klockslag när du gick upp och när du 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, smoothie, 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 på dagen och natten.
- Mät urinen genom att kissa i en måttkanna när du sitter på toaletten.

Egna kommentarer

Skriv gärna på baksidan av listan:

- Om besvären var bättre eller sämre än vanligt.
- Om något speciellt hände vid läckage.
- Om det kom läckage utanför skydden.

***OBS! Kopiera gärna dina listor eller fotografera dem innan du skickar in.
Annars måste du göra nya mätningar om de försvinner med postgången.***

Adress: Bäckebottenmottagningen
Kvinnosjukvården ingång 96
Akademiska sjukhuset
751 85 Uppsala