Region Halland

Miktionslista med bindvägning

Dygn 1

Datum_____

Namn _____

Personnummer_____

Testet är utfört på: Arbetet / Ledig tid

Återspeglar listan ditt normala vätskeintag och antal toalettbesök?
Ja / Nej

Jag gick upp kl._____

Jag gick och lade mig kl._____

Kl.	Dryck (dl)	Kl.	Urin (dl)	Trängning (1–3)	Vikt (g) binda före	Vikt (g) binda efter	Läckage (1–3)	Aktivitet
Totalt								

Frekvens		Minsta volym		Största volym		Medelvolym	

Region Halland

Vägledning till urinmätning

Varför ska du fylla i blanketten?

För att kunna ge dig rätt vägledning, bedömning och behandling är det viktigt att kartlägga ditt vätskeintag och dina besvär med blåsan. Genom att fylla i listan kan läkaren och uroterapeuten få en överblick över dina vanor och situation.

Hur ska du fylla i blanketten?

För att samla information och få en tydlig bild över hur din blåsa fungerar behöver du fylla i listan under två dygn, om inget annat anges. Du startar varje dygnsmätning genom att mäta den första morgonurinen. Det är viktigt att du tydligt anger information under hela dygnet, d.v.s. även de toalettbesök som sker under natten. Mätningen avslutas när du mätt morgonurinen dagen efter.

Vad ska du skriva in i tabellen?

Klockslag - Ange för varje händelse.
Dryck - Fyll i vad och hur mycket du dricker (dl). Tänk på att mat kan innehålla mycket vätska, t.ex. soppa och yoghurt.
Urin - Kissa i ett mätkärl och ange urinmängden i dl.

Trängning

Gradera hur starkt behovet är av att tömma blåsan enligt följande skala:

1. **Lätt trängning** - Du kan kontrollera blåsan och själv bestämma när du vill gå på toaletten.
2. **Måttlig trängning** - Du har ett starkt behov av att tömma blåsan men har kontroll och kan stå emot ett läckage.
3. **Kraftig trängning** - Du har ett kraftigt behov av att tömma blåsan som gör att du omedelbart måste gå på toaletten för att försöka undvika ett läckage.

Bindvägning - Väg din binda innan och efter användning samt ange läckagemängd, fyll i vikten i gram.

Läckage

Gradera mängden läckage enligt följande skala:

1. **Lätt fuktigt** skydd alt. några droppars läckage.
2. **Fuktigt** skydd alt vått på underbyxor.
3. **Vått skydd** alt vått genom både underbyxor och byxor/underlag.

Region Halland

Miktionslista med bindvägning

Dygn 2

Datum_____

Namn _____

Personnummer_____

Testet är utfört på: Arbetet / Ledig tid

Återspeglar listan ditt normala vätskeintag och antal toalettbesök?
Ja / Nej

Jag gick upp kl._____

Jag gick och lade mig kl._____

Kl.	Dryck (dl)	Kl.	Urin (dl)	Trängning (1–3)	Vikt (g) binda före	Vikt (g) binda efter	Läckage (1–3)	Aktivitet
Totalt								

Frekvens		Minsta volym		Största volym		Medelvolym	

Region Halland

Vägledning till urinmätning

Varför ska du fylla i blanketten?

För att kunna ge dig rätt vägledning, bedömning och behandling är det viktigt att kartlägga ditt vätskeintag och dina besvär med blåsan. Genom att fylla i listan kan läkaren och uroterapeuten få en överblick över dina vanor och situation.

Hur ska du fylla i blanketten?

För att samla information och få en tydlig bild över hur din blåsa fungerar behöver du fylla i listan under två dygn, om inget annat anges. Du startar varje dygnsmätning genom att mäta den första morgonurinen. Det är viktigt att du tydligt anger information under hela dygnet, d.v.s. även de toalettbesök som sker under natten. Mätningen avslutas när du mätt morgonurinen dagen efter.

Vad ska du skriva in i tabellen?

Klockslag - Ange för varje händelse.
Dryck - Fyll i vad och hur mycket du dricker (dl). Tänk på att mat kan innehålla mycket vätska, t.ex. soppa och yoghurt.
Urin - Kissa i ett mätkärl och ange urinmängden i dl.

Trängning

Gradera hur starkt behovet är av att tömma blåsan enligt följande skala:

4. **Lätt trängning** - Du kan kontrollera blåsan och själv bestämma när du vill gå på toaletten.
5. **Måttlig trängning** - Du har ett starkt behov av att tömma blåsan men har kontroll och kan stå emot ett läckage.
6. **Kraftig trängning** - Du har ett kraftigt behov av att tömma blåsan som gör att du omedelbart måste gå på toaletten för att försöka undvika ett läckage.

Bindvägning - Väg din binda innan och efter användning samt ange läckagemängd, fyll i vikten i gram.

Läckage

Gradera mängden läckage enligt följande skala:

4. **Lätt fuktigt** skydd alt. några droppars läckage.
5. **Fuktigt** skydd alt vått på underbyxor.
6. **Vått skydd** alt vått genom både underbyxor och byxor/underlag.