

Virtsaamispäiväkirja

Nimi: _____ Henkilötunnus: _____

Täytä päiväkirjaa kaksi vuorokautta niin, että aloitat mittaamisen heti aamulla herättyäsi ja mittaat jokaisen sen jälkeen tehdyn virtsan tarkasti seuraavaan aamuun.

- Merkitse kellonaika, kun nousit ylös klo _____ menit nukkumaan klo _____
- Ympyröi onko kyseessä: vuorokausi 1 /vuorokausi 2
- Ympyröi onko kyseessä: työpäivä vai vapaapäivä
- Ympyröi kuvastaako taulukko normaalia nesteensaantiasi ja WC-käyntiesi lukumäärää: Kyllä / Ei

Merkitse alla olevaan taulukkoon kellonajat, juodut nesteet, virtsamäärä 0,5 dl tarkkuudella (mittaa virtsa esim.kannua,mukia ,kippoa tms. käyttäen), virtsaamisen tarve ja virtsankarkailun määrä sekä mahdollinen erityinen toiminta.

[illegible]

Nimi: _____ Henkilötunnus: _____

Täytä päiväkirjaa kaksi vuorokautta niin, että aloitat mittaamisen heti aamulla herättyäsi ja mittaat jokaisen sen jälkeen tehdyn virtsan tarkasti seuraavaan aamuun.

- Merkitse kellonaika, kun nousit ylös klo _____ menit nukkumaan klo _____
- Ympyröi onko kyseessä: vuorokausi 1 /vuorokausi 2
- Ympyröi onko kyseessä: työpäivä vai vapaapäivä
- Ympyröi kuvastaako taulukko normaalia nesteensaantiasi ja WC-käyntiesi lukumäärää: Kyllä / Ei

Merkitse alla olevaan taulukkoon kellonajat, juodut nesteet, **virtsamäärä 0,5 dl tarkkuudella (mittaa virtsa esim.kannua,mukia ,kippoa tms. käyttäen)**, virtsaamisen tarve ja virtsankarkailun määrä sekä mahdollinen virtsaamisen tarve ja virtsankarkailun määrä sekä mahdollinen erityinen toiminta.

Kelloaika	Juodut nesteet, dl	Virtsamäärä dl	Virtsaamisen tarve 1= lievä 2=kohtalainen 3=voimakas	Virtsankarkailun määrä x= vähän xx= kohtalainen xxx=runsas	Toiminta esim. fyysinen rasitus

--	--	--	--	--	--