Plasdagboek (mictielijst)

Jeroen Bosch Ziekenhuis

Uw plasdagboek helpt de arts/verpleegkundig specialist om beter in te schatten wat er aan de hand is en helpt uw dokter bij het vinden van de juiste behandeling.

- Vul de lijst 2 of 3 dagen in. Iedere meting duurt 24 uur. U begint 's ochtends ná de eerste ochtendplas en gaat door tot en met de eerste ochtendplas de volgende dag. Gebruik voor iedere dag een nieuwe lijst.
- Vul in op welk tijdstip u naar het toilet gaat en hoeveel u dan plast. U kunt ook noteren of u per ongeluk urineverlies (ongewenst urineverlies) heeft gehad en waar u op dat moment mee bezig was.
- Noteer ook op welk tijdstip u iets drinkt, hoeveel u drinkt, en welke drank.
- Om te voorkomen dat u het invullen vergeet, adviseren we u de lijst steeds bij u te dragen en/of goed in het zicht te leggen, bijvoorbeeld op het toilet.
- Vul de lijst in op 'gewone' dagen. Dus niet op een dag dat u een uitstapje heeft, en ook niet op een dag dat u dingen doet die u anders niet zo vaak doet.

Tip: Het meten van de hoeveelheid urine gaat het beste met een maatbeker. Misschien heeft u thuis een maatbeker die u kunt gebruiken. Vang uw plas op in deze maatbeker en bekijk hoeveel urine het is in milliliter (ml) . Noteer dit op de lijst. Daarna spoelt u de urine weg en zet u de lege maatbeker klaar voor de volgende keer dat u moet plassen.

Naam: .....

Geboortedatum: .....

Datum: .....

Gebruikt incontinentiemateriaal: .....

Tijdstip	**Gedronken**	**Gewenst urineverlies?**			**Ongewenst urineverlies?**	
	Wat heeft u gedronken en hoeveel?	Hoeveelheid urine	Voelde u geen/ weinig/normaal/zeer sterke aandrang?	Waar was u op dat moment mee bezig?	Hoeveelheid urine die u heeft verloren? *(minimaal, gemiddeld, veel)*	Waar was u op op dat moment mee bezig?

Kopje: 125 ml Glas: 200 ml Mok/soepkop: 200 ml Toetje: 150 ml Fruit: 75 ml

URO-302 / 0823

Plasdagboek (mictielijst) vervolg

Naam: ..... Geboortedatum: .....

Datum: ..... Gebruikt incontinentiemateriaal: .....

Tijdstip	Gedronken	Gewenst urineverlies?			Ongewenst urineverlies?	
	Wat heeft u gedronken en hoeveel?	Hoeveelheid urine	Voelde u geen/ weinig/normaal/zeer sterke aandrang?	Waar was u op dat moment mee bezig?	Hoeveelheid urine die u heeft verloren? *(minimaal, gemid-deld, veel)*	Waar was u op op dat moment mee bezig?

Kopje: 125 ml Glas: 200 ml Mok/soepkop: 200 ml Toetje: 150 ml Fruit: 75 ml