Vökva- og þvaglátaskrá

Hver er tilgangurinn með því að fylla út vökva- og þvaglátaskrá?
Til að geta greint orsök vandans og veitt viðeigandi meðferð er nákvæm skráning mikilvæg.

Hvernig á að fylla út skrána?
Læknir, hjúkrunarfræðingur eða sjúkraþjálfari veitir upplýsingar um hvernig á að fylla út skrána. Skrá þarf upplýsingar í tvo sólarhringa til að fá rétta mynd af því hvernig þvagblaðran starfar. Valinn er einn dagur í hvíld og annar í virkni og mikilvægt er að skráningin fari fram allan sólarhringinn þessa tvo daga.

Hvað á að skrá?

Tími
Skráðu í fyrsta dálkinn tímasetningu við hver þvaglát.

Vökvamagn
Mikilvægt er að vita hvað þú drekkur á sólarhring. Skráðu í millilítrum hvað og hve mikið þú drekkur.

Þvagmagn
Skráðu þvagmagn við hver þvaglát. Til þess að mæla þvaglátin er best að nota mælikönnu sem tekur að minnsta kosti 500 ml.

Þvaglátaþörf
Skráðu þvaglátaþörfina samkvæmt eftirfarandi mælikvarða:

1. **Lítil þörf:** Ég get stjórnað blöðrunni og farið á salernið þegar mér hentar.
2. **Miðlungs mikil þvaglátaþörf:** Ég hef þvaglátaþörf en hef stjórn á þvagblöðrunni og missi ekki þvag.
3. **Mikil þvaglátaþörf:** Ég hef mikla þvaglátaþörf, sem gerir það að verkum að ég þarf að fara strax á salernið til að komast hjá þvagleka.

Þvaglekamagn
Skráðu ef þú missir þvag: x=örfáir dropar, xx=blotna, xxx=rennblotna.

Athöfn
Var þvaglekinn í tengslum við hnerra, hósta eða líkamlega áreynslu?

LANDSPÍTALI

Vökva- og þvaglátaskrá - 1. Sólarhringur

Nafn | *Kennitala*

Dagsetning | ☐ Í vinnu ☐ Í fríi

Endurspeglar skráin venjulega vökvaneyslu þína og fjölda salernisferða? ☐ Já ☐ Nei

Ég fór á fætur klukkan: ______________ Ég fór að sofa klukkan: ______________

Tími	Vökvamagn (ml)	Þvagmagn (ml)	Þvaglátaþörf (mælikvarði 1-3)	Þvaglekamagn (skrá x, xx eða xxx)	Athöfn

LANDSPÍTALI

Vökva- og þvaglátaskrá - 2. Sólarhringur

Nafn	*Kennitala*

Dagsetning	☐ Í vinnu ☐ Í fríi

Endurspeglar skráin venjulega vökvaneyslu þína og fjölda salernisferða? ☐ Já ☐ Nei

Ég fór á fætur klukkan: ______________ Ég fór að sofa klukkan: ______________

Tími	Vökvamagn (ml)	Þvagmagn (ml)	Þvaglátaþörf (mælikvarði 1-3)	Þvaglekamagn (skrá x, xx eða xxx)	Athöfn