zaans medisch centrum

Plasdagboek + uitleg Gynaecologie

Geachte mevrouw,

Om een indruk te krijgen van uw plas- en drinkpatroon wordt u vriendelijk verzocht om 2 dagen een mictiedagboek bij te houden. Het is niet noodzakelijk dat dit twee aaneengesloten dagen zijn. Dit dagboek kan uw arts belangrijke informatie verschaffen. Het is daarom van groot belang dit dagboek nauwkeurig in te vullen. Hieronder wordt uitgelegd waar u op moet letten.

1. U ontvangt 2 papieren met een mictiedagboek voor 24 uur. Het is de bedoeling dat u 2 dagen een mictiedagboek bijhoudt.
2. U dient te beginnen als u opstaat en u gaat door tot de volgende ochtend als u opstaat.
3. Vul de lijst in op representatieve dagen, oftewel voor u normale dagen. Dus niet op dagen dat u op reis gaat of ongewone dingen doet.
4. Vul elke 24 uur in op een apart mictiedagboek, dus dag 1 op: “VIP 1e 24-uurs mictiedagboek” en dag 2 op: “VIP 2e 24-uurs mictiedagboek”.
5. Vul duidelijk de tijd in dat u gaat plassen en vul in het vakje daarnaast in hoeveel u geplast heeft. Iedere portie urine moet u apart opvangen in een maatbeker zodat u kunt zien hoeveel u heeft geplast (in ml).
6. Iedere keer dat u iets drinkt vult u in kolom drinken het tijdstip in en daarnaast de hoeveelheid in ml. Onder aan de mictielijst staan de meest voorkomende hoeveelheden.

Vriendelijk dank voor de te nemen moeite,

Medewerkers VIP

VIP 1e 24-uurs mictiedagboek

Beginnen bij het opstaan, op een "gewone" dag. Het is de bedoeling dat u dit mictiedagboek in totaal 48 uur bijhoudt, dat zijn 2 dagen en 2 nachten.

NAAM:
GEBOORTEDATUM: **DATUM:**

PLASSEN		**DRINKEN**	
TIJD: (bv: 8.00)	URINE IN ML: (bv: 350 ml)	TIJD: (bv: 8.30)	DRINKEN IN ML: (bv: 200 ml)

DRINKEN: beker/glas = 200 ml, kopje = 125 ml, dessert = 150 ml, fruit = 75 ml
URINE: GRAAG OPMETEN IN EEN MAATBEKER.

VIP 2e 24-uurs mictiedagboek

NAAM:
GEBOORTEDATUM: **DATUM:**

PLASSEN		DRINKEN	
TIJD: (bv: 8.00)	URINE IN ML: (bv: 350 ml)	TIJD: (bv: 8.30)	DRINKEN IN ML: (bv: 200 ml)

DRINKEN: beker/glas = 200 ml, kopje = 125 ml, dessert = 150 ml, fruit = 75 ml
URINE: GRAAG OPMETEN IN EEN MAATBEKER.