Plaslijst vrouw (ML)

Patiënteninformatie Urologie

Plaslijst

Inleiding

Het bijhouden van een plaslijst is belangrijk om een goed beeld te krijgen in uw plaspatroon. Het geeft inzicht in hoe vaak u naar het toilet moet, de grootte van de porties, de hoeveelheid urine per 24 uur en eventueel de mate van incontinentie. Het is een goed hulpmiddel. Tijdens de behandeling kan er zo beoordeeld worden of er veranderingen zijn in uw plaspatroon.

Alle gegevens moeten minimaal 24 uur bijgehouden worden, liefst 48 uur. Overdag en 's nachts. De urine, die u uitplast vangt u op en meet u met een maatbeker. Ook als u buitenshuis gaat, is het belangrijk de hoeveelheid urine te meten (voor zover de omstandigheden dit toelaten).

Belangrijk: Start 's morgens direct na het opstaan met het invullen van de lijst.

Uitvoering

Het opschrijven van de gegevens gebeurt op de volgende manier:

- In de kolom tijd noteert u het tijdstip, waarop iets gebeurt.
- In de kolom toilet schrijft u op hoeveel u uit plast (in milliliters). Urine opvangen en in een maatbeker meten.
- In de kolom urineverlies noteert u "ja" als u ongewild urineverlies heeft, ondanks de hoeveelheid.

Datum (dag 1): ..... Datum (dag 2):.....

Tijd	Toilet (ml)	Urineverlies
Totaal: .....ML		

Tijd	Toilet (ml)	Urineverlies
Totaal: .....ML		