

PLAS- EN SONDAGEDAGBOEK



INHOUD

01	Inleiding	4
02	Wat invullen?	4
03	Drinken	4
04	Plas en sondage	4
05	Urineverlies	4
06	Plasdagboek	5

01 INLEIDING

Je werd gevraagd om een plas- en sondagedagboek bij te houden. Lees zorgvuldig de instructies bij elke in te vullen parameter.

02 WAT INVULLEN?

Vul dit dagboek **drie dagen lang** in. Noteer elke plas en sondage en alles wat je drinkt, zowel overdag als 's nachts. Schrijf ook op om hoe laat je opstaat en gaat slapen en meet de hoeveelheid ochtend-plas (en -sondage) die volgt op de nacht.

03 DRINKEN

Noteer welke drank je drinkt (bv. koffie, water, soep, alcohol, frisdrank) en met de hoeveelheid die je drinkt in ml.

04 PLAS EN SONDAGE

Gebruik een bidet of maatbeker om te meten hoeveel milliliter je plast en sondeert. Als je geen bidet hebt, plaats dan een lege plastic doos van 2,5 liter (bv. een doos van schepijs) in het toilet.

De urine wordt opgevangen in de doos. Giet de urine nadien over in een maatbeker. Kinderen, vrouwen of mannen die zittend plassen, plassen in het bidet. Je moet ontspannen op de toiletbril kunnen zitten om te plassen. Mannen die rechtstaand plassen, kunnen rechtstreeks in de maatbeker plassen.

05 URINEVERLIES

Urineverlies kan je op verschillende manieren meten.

Methode 1

Weeg het opvangmateriaal op een elektronische keukenweegschaal en maak de volgende som:

Gewicht nat verband - gewicht droog verband = urineverlies

Bv. nat verband = 25 gram, droog verband = 10 gram, urineverlies = 15 gram

Als er geen urineverlies is, noteer je 0 gram.

Methode 2

Geef een score aan het urineverlies:

0 = geen urineverlies | **1** = een beetje urineverlies | **2** = tamelijk veel urineverlies | **3** = veel urineverlies

06 PLASDAGBOEK

DAG 1

Datum: / /

Om hoe laat ben je deze ochtend uit bed gestapt (met de bedoeling om de dag te beginnen):uur

Tijdstip	Drinken Aantal ml + soort drank	Plas Hoeveelheid geplast (ml)	Sondage Gesondeerd (ml)	Urineverlies Gewicht of score (0/1/2/3)
6 uur				
7 uur				
8 uur				
9 uur				
10 uur				
11 uur				
12 uur				
13 uur				
14 uur				
15 uur				
16 uur				
17 uur				
18 uur				
19 uur				
20 uur				
21 uur				
22 uur				
23 uur				
24 uur				
1 uur				
2 uur				
3 uur				
4 uur				
5 uur				
6 uur				
7 uur				
8 uur				
9 uur				

Om hoe laat ben je deze avond gaan slapen:uur

Om hoe laat ben je de volgende ochtend uit bed gestapt (met de bedoeling om de dag te beginnen):uur

Wat was het volume van je ochtendplas de volgende ochtend:ml (sondageml)

DAG 2

Datum: / /

Om hoe laat ben je deze ochtend uit bed gestapt (met de bedoeling om de dag te beginnen):uur

Tijdstip	Drinken Aantal ml + soort drank	Plas Hoeveelheid geplast (ml)	Sondage Gesondeerd (ml)	Urineverlies Gewicht of score (0/1/2/3)
6 uur				
7 uur				
8 uur				
9 uur				
10 uur				
11 uur				
12 uur				
13 uur				
14 uur				
15 uur				
16 uur				
17 uur				
18 uur				
19 uur				
20 uur				
21 uur				
22 uur				
23 uur				
24 uur				
1 uur				
2 uur				
3 uur				
4 uur				
5 uur				
6 uur				
7 uur				
8 uur				
9 uur				

Om hoe laat ben je deze avond gaan slapen:uur

Om hoe laat ben je de volgende ochtend uit bed gestapt (met de bedoeling om de dag te beginnen):uur

Wat was het volume van je ochtendplas de volgende ochtend:ml (sondageml)

DAG 3

Datum: / /

Om hoe laat ben je deze ochtend uit bed gestapt (met de bedoeling om de dag te beginnen):uur

Tijdstip	Drinken Aantal ml + soort drank	Plas Hoeveelheid geplast (ml)	Sondage Gesondeerd (ml)	Urineverlies Gewicht of score (0/1/2/3)
6 uur				
7 uur				
8 uur				
9 uur				
10 uur				
11 uur				
12 uur				
13 uur				
14 uur				
15 uur				
16 uur				
17 uur				
18 uur				
19 uur				
20 uur				
21 uur				
22 uur				
23 uur				
24 uur				
1 uur				
2 uur				
3 uur				
4 uur				
5 uur				
6 uur				
7 uur				
8 uur				
9 uur				

Om hoe laat ben je deze avond gaan slapen:uur

Om hoe laat ben je de volgende ochtend uit bed gestapt (met de bedoeling om de dag te beginnen):uur

Wat was het volume van je ochtendplas de volgende ochtend:ml (sondageml)

Urologie

Ingang 71, route 710

T +32 (0)9 332 22 76

www.uzgent.be/urologie

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het UZ Gent.

Universitair Ziekenhuis Gent

C. Heymanslaan 10 | B 9000 Gent

T +32 (0)9 332 21 11 | E info@uzgent.be

www.uzgent.be