VIRTSAAMISPÄIVÄKIRJA

Nimi _____ Päivämäärä _____

Kellon aika	Virtsamäärä WC-käynnillä (dl) tai vaipan vaihto	Tahattomasti karanneen virtsanmäärä (vähäinen, kohtalainen, runsas)	Nautittu nestemäärä (dl)

Virtsaamispäiväkirjan täyttöohjeet

Muistiinpanot auttavat virtsaamishäiriön luonteen selvittämisessä ja hoidon suunnittelussa.

- Merkitse listaan yhden vuorokauden WC-käynnit ja kellonaika.
- Mittaa WC-käynnillä virtsanmäärä sopivalla mittakannulla ja merkitse desilitroina virtsaamispäiväkirjaan.
- Arvioi ja merkitse tahattomien virtsankarkaamisten määrä: vähäinen, kohtalainen tai runsas.
- Merkitse käyttämiesi vaippojen tai siteiden määrä ja vaihtamisen kellon aika.
- Kirjoita tarvittaessa muita huomioita lomakkeen kääntöpuolelle (esimerkiksi kipu virtsatessa).