



# Urinmättningslista

**Namn:** .....

**Personnr:** .....

Vid utredning av besvär med vattenkastning har vi stor nytta av att veta hur ofta du urinerar per dygn, hur mycket urin som kommer vid varje tillfälle samt hur lång tid det tar att urinera den första deciliteren.

Om du under ett dygn fyller i nedanstående tabell underlättar du vår bedömning. Tidtagningen för första deciliteren urin behöver du inte göra varje gång, men minst fyra gånger per dygn.

Gör så här:

1. Urinera i ett genomskinligt litermått eller annat kärl där du markerat varje deciliter.
2. Använd en klocka med tydlig sekundvisare och ta tid från det att urinen börjar rinna till dess att markeringen för 1 deciliter har passerats.
3. Ange även hur stor volym urin som töms vid varje tillfälle
4. Kommentera om det svider, läcker eller har andra besvär med urineringen.

Datum	Klockslag	Sekunder för första deciliteren	Total mängd i deciliter	Kommentar
				1
				2
				3
				4
				5
				6
				7
				8
				9
				10
				11
				12
				13
				14
				15
				16
				17
				18
				19