

Urinmättningslista

En urinmättningslista (miktionslista) används för att utreda orsakerna till problem med urinblåsan. Anteckna **klockslag** och **mängd urin** varje gång du urinerar (t.ex. i ett litermått). Du ska mäta under **två hela dygn**, både dag och natt. Notera även **när** och **hur mycket** du dricker under samma period. Mängden urin och dryck anges med 0,5 dl noggrannhet.

Den senaste urinen på kvällen antecknas i dag-tabellen (vakentid ☀️). Urinmängderna under natten samt den första urinen på morgonen antecknas i natt-tabellen (sovtid 🌙).

Var även uppmärksam på om det **läcker urin** och om du **har trängningar**, och ange de tidpunkter du noterat läckage/trängningar samt omfattningen (+, ++, +++).

URINLÄCKAGE:

Droppar +
Fuktigt ++
Vått +++

TRÄNGNINGAR:

Lätta +
Medel ++
Starka +++

Namn:

Personnummer:

Dygn 1 datum:

TIDPUNKT (KL)		URINMÄNGD (DL)		DRYCK (DL)		LÄCKAGE		TRÄNGNINGAR	
☀️	🌙	☀️	🌙	☀️	🌙	☀️	🌙	☀️	🌙

ANTAL MIKTIONER st

TOTAL URINMÄNGD (dag+natt) dl

TOTAL DRYCKESMÄNGD (dag+natt) dl

Nattlig urinmängd = %

Total urinmängd (24 tim) =

Namn:

Personnummer:

Dygn 2 datum: _____

TIDPUNKT (KL)		URINMÄNGD (DL)		DRYCK (DL)		LÄCKAGE		TRÄNGNINGAR	

ANTAL MIKTIONER st
TOTAL URINMÄNGD (dag+natt) dl
TOTAL DRYCKESMÄNGD (dag+natt) dl

Nattlig urinmängd = %
Total urinmängd (24 tim)

URINLÄCKAGE:
Droppar +
Fuktigt ++
Vått +++

TRÄNGNINGAR:
Lätta +
Medel ++
Starka +++

En urinmättningslista (miktionslista) används för att utreda orsakerna till problem med urinblåsan. Anteckna **klockslag** och **mängd urin** varje gång du urinerar (t.ex. i ett litermått). Du ska mäta under **två hela dygn**, både dag och natt. Notera även **när** och **hur mycket** du dricker under samma period. Mängden urin och dryck anges med 0,5 dl noggrannhet.

Den senaste urinen på kvällen antecknas i dag-tabellen (vakentid ☀️). Urinmängderna under natten samt den första urinen på morgonen antecknas i natt-tabellen (sovtid 🌙).

Var även uppmärksam på om det **läcker urin** och om du **har trängningar**, och ange de tidpunkter du noterat läckage/trängningar samt omfattningen (+, ++, +++).