

Plasdagboek · Dag 1

Op. Dr. Mücahit Kabar

Naam: _____

Datum: _____

Opgestaan om: _____

Gaan slapen om: _____

Tijd	Drank	Gedronken (ml)	Urine (ml)	Nacht / Ochtend	Aandrang (0–3)	Urineverlies	Wat deed u toen u urine verloor?	Verband gewisseld
Totaal								

Zo vult u het in

- Een dag begint bij het opstaan en eindigt bij het opstaan de volgende ochtend.
- Meet elke plas met een maatbeker en noteer de hoeveelheid in ml.
- Noteer elk drankje met de hoeveelheid (1 glas $\approx$ 200 ml, 1 kop $\approx$ 150 ml).
- Schrijf N als u 's nachts opstaat om te plassen en O bij de eerste plas de volgende ochtend.

Aandrang

- 0 – Geen
- 1 – Licht
- 2 – Matig, moest opschieten
- 3 – Sterk, kon het nauwelijks ophouden

Urineverlies

- Weinig (druppels, vochtig)
- Veel (nat)

Plasdagboek · Dag 2

Op. Dr. Mücahit Kabar

Naam: _____

Datum: _____

Opgestaan om: _____

Gaan slapen om: _____

[illegible]

Zo vult u het in

- Een dag begint bij het opstaan en eindigt bij het opstaan de volgende ochtend.
- Meet elke plas met een maatbeker en noteer de hoeveelheid in ml.
- Noteer elk drankje met de hoeveelheid (1 glas $\approx$ 200 ml, 1 kop $\approx$ 150 ml).
- Schrijf N als u 's nachts opstaat om te plassen en O bij de eerste plas de volgende ochtend.

Aandrang

- 0 – Geen
- 1 – Licht
- 2 – Matig, moest opschieten
- 3 – Sterk, kon het nauwelijks ophouden

Urineverlies

- Weinig (druppels, vochtig)
- Veel (nat)

Plasdagboek · Dag 3

Op. Dr. Mücahit Kabar

Naam: _____

Datum: _____

Opgestaan om: _____

Gaan slapen om: _____

[illegible]

Zo vult u het in

- Een dag begint bij het opstaan en eindigt bij het opstaan de volgende ochtend.
- Meet elke plas met een maatbeker en noteer de hoeveelheid in ml.
- Noteer elk drankje met de hoeveelheid (1 glas $\approx$ 200 ml, 1 kop $\approx$ 150 ml).
- Schrijf N als u 's nachts opstaat om te plassen en O bij de eerste plas de volgende ochtend.

Aandrang

- 0 – Geen
- 1 – Licht
- 2 – Matig, moest opschieten
- 3 – Sterk, kon het nauwelijks ophouden

Urineverlies

- Weinig (druppels, vochtig)
- Veel (nat)