



Uitleg drink- en plaslijst

Om een goed inzicht in de vochtintake en het plasgedrag van uw kind te krijgen, is het belangrijk om gedurende 2 x 24 uur te registreren hoeveel uw kind drinkt en plast.

U kunt dit het beste doen als u samen met uw kind thuis bent, bijvoorbeeld in een weekend, zodat u alles **direct** kunt noteren op de bijgesloten drink -en plaslijsten.

Registreren van de urineproductie

Als uw kind nog jong is, laat u uw kind plassen op een potje en meet vervolgens met een maatbeker de hoeveelheid geplaste urine. Een ouder kind kan direct in een maatbeker plassen. Na het noteren van het aantal milliliters geplaste urine op de lijst, spoelt u de plas door het toilet.

Door het zorgvuldig invullen van deze lijsten krijgen wij duidelijk inzicht in de grootte van de plassen en hoe vaak uw kind plast.

Registreren van het drinken

Voor de arts is het veelal duidelijk genoeg als u bijvoorbeeld een beker, een kopje of een glas drinken noteert. Meer precies is het om de milliliters te noteren dus bijvoorbeeld 150 ml of 200ml per drinkmoment. Het maakt niet uit of uw kind water, melk of iets anders drinkt.

Het gaat om de hoeveelheid milliliters vocht wat uw kind drinkt per 24 uur.

Drinkt uw kind bijvoorbeeld een halve beker noteer dit dan ook op de lijst.

Droog of nat?

Noteer ook of uw kind een droge of natte broek heeft.

Als de broek nat is, noteer dan ook *hoe* nat.

Omcirkel de volgende symbooltjes, namelijk:

☺ = **droog** ☹ = **nat**

◆ = druppels in onderbroek

◆◆ = onderbroek + bovenbroek nat

◆◆◆ = drijfnat

Bedplassen?

Als uw kind 's nachts nat is, dus niet op een potje of maatbeker kan plassen, dan doet u uw kind een luier om, om de *nachtelijke* urineproductie te meten.

Als het niet lukt om de luier te wegen, noteer dan dat deze nat is.

Veel succes!