

# VÆSKE- OG VANDLADNINGSSKEMA

Navn:

CPR. nr.:

Væske-og vandladningsskemaet er udviklet af Astellas Pharma a/s, Kajakvej 2, 2770 Kastrup.  
Har du spørgsmål til skemaet, kan du kontakte din læge eller sygeplejerske.

# SYMPTOMSCORESKEMA (ICIQ)

## International Consultation on Incontinence Questionnaire (ICIQ)

Spørgsmålene i dette skema skal hjælpe lægen til at finde ud af, hvad du fejler, og i hvor høj grad du er generet af dine vandladningsproblemer. Skemaet består af 4 spørgsmål, som alle skal besvares. Skemaet tager udgangspunkt i dine vandladningsproblemer, som de har været de sidste 4 uger. Sum bruges til kontrol af behandling.

### 1. Hvor ofte lækker du urin ufrivilligt (er inkontinent)?

- Aldrig (0)
- Højst en gang om ugen (1)
- Flere gange om ugen (2)
- En gang dagligt (3)
- Flere gange dagligt (4)
- Hele tiden (5)

### 2. Hvor meget urin lækker du almindeligvis ufrivilligt?

- Intet (0)
- En lille mængde (2)
- En moderat mængde (4)
- En stor mængde (6)

### 3. Hvor meget påvirker din urininkontinens alt i alt dit daglige liv?

Sæt en ring om et tal fra 0 (slet ikke) til 10 (betydeligt)

0      1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

ICIQ score (sum 1+2+3)= \_\_\_\_\_

### 4. I hvilke situationer er du urininkontinent?

- Er aldrig inkontinent
- Inden jeg går på toilettet
- Når jeg hoster eller nyses
- Mens jeg sover
- Når jeg er fysisk aktiv/dyrker sport
- Når jeg har fået tøjet på efter at have ladet vandet
- Er inkontinent uden nogen oplagt årsag
- Urinen siver hele tiden

# VEJLEDNING TIL SKEMAET

## Formålet med at udfylde skemaet

For at kunne tilbyde dig den rette vejledning og eventuel medicinsk behandling, er det vigtigt at klarlægge årsagen til dit vandladningsproblem.

Et væske- og vandladningsskema er en dagbog om:

- hvad og hvor meget du drikker
- hvor stor din vandladning er
- om du lader vandet frivilligt eller ufrivilligt. Vandladningens mængde er en vigtig information for lægen. Det er derfor af stor betydning, at du måler mængden så præcist som muligt. Mål gerne mængden med et målebæger.

## Hvordan udfyldes skemaet?

Det er vigtigt, at du er omhyggelig med at udfylde skemaet i 2-3 døgn efter lægens anvisning. Siderne er angivet med døgn 1, døgn 2 og døgn 3. Noter gerne på skemaet, hvad tid du står op og hvad tid du går i seng.

## Det kan være en hjælp at vide, at

1 kop kaffe	= ca. 150 ml eller 1 1/2 dl
1 krus kaffe/the	= ca. 250 ml eller 2 1/2 dl
1 øl	= ca. 350 ml eller 3 1/2 dl
1 sodavand	= ca. 250 ml eller 2 1/2 dl
1 glas vand	= ca. 200 ml eller 2 dl
1 glas rødvin	= ca. 150 ml eller 1 1/2 dl
1 glas hvidvin	= ca. 100 ml eller 1 dl

## Anvend målebæger

Angiv væskeindtagelsen og vandladningen i milliliter. Brug et litermål.





1 liter = 10 deciliter (dl)

1 deciliter = 100 milliliter (ml)

## Hvad noteres på skemaet?

- 1) Udfyld **Væskeindtagelse** (ml) med mængden af indtaget væske. Alle drikkevarer måles, inklusive kaffe, te, alkohol m.m.
- 2) Udfyld **Vandladning** (ml) med mængden af urin ved almindelig vandladning ud for det aktuelle klokkeslæt i skemaet.
- 3) Hvis du lader vandet ufrivilligt skal feltet **Utæt** (sæt x) udfyldes. Vælg **Pludselig vandladning** eller **Fysisk aktivitet**. Noter gerne mængden af den ufrivillige vandladning fx. »dryp«, lidt eller meget. Noter evt. aktivitet, Hvad foretog du dig, da du var utæt for urin? Fx hostede, løftede ting, løb, gjorde gymnastik, satte dig ned i stol, så fjernsyn etc.
- 4) Hvis du er blevet bedt om at foretage **blevejning**, udfyldes følgende felter.  
Tør: Angiv vægten af det ubrugte bind/ble i gram.  
Våd: Angiv vægten af det brugte bind/ble i gram.

DØGN I Typisk dag?  Ja  Nej Jeg stod op kl. \_\_\_\_\_ Jeg gik i seng kl. \_\_\_\_\_

Dato:			Utæt (sæt x):		Tør	Våd
 Kl.	 Væskeindtagelse (ml)	 Vandladning (ml)	Pludselig vandladning	Fysisk aktivitet	 Bind-/blevægt (g)	
06:___						
07:___						
08:___						
09:___						
10:___						
11:___						
12:___						
13:___						
14:___						
15:___						
16:___						
17:___						
18:___						
19:___						
20:___						
21:___						
22:___						
23:___						
24:___						
01:___						
02:___						
03:___						
04:___						
05:___						
<b>TOTAL</b>						

Udfyldes af behandleren:

Max volumen: \_\_\_\_\_




Antal vandladninger om dagen: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Antal vandladninger \_\_\_\_\_

Antal vandladninger om natten: \_\_\_\_\_

DØGN 2 Typisk dag?  Ja  Nej Jeg stod op kl. \_\_\_\_\_ Jeg gik i seng kl. \_\_\_\_\_

Dato:			Utæt (sæt x):		Tør	Våd
Kl.	 Væskeindtagelse (ml)	 Vandladning (ml)	Pludselig vandladning	Fysisk aktivitet	 Bind-/blevægt (g)	
06:___						
07:___						
08:___						
09:___						
10:___						
11:___						
12:___						
13:___						
14:___						
15:___						
16:___						
17:___						
18:___						
19:___						
20:___						
21:___						
22:___						
23:___						
24:___						
01:___						
02:___						
03:___						
04:___						
05:___						
<b>TOTAL</b>						

Udfyldes af behandleren:

Max volumen: \_\_\_\_\_




Antal vandladninger om dagen: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Antal vandladninger \_\_\_\_\_

Antal vandladninger om natten: \_\_\_\_\_

DØGN 3 Typisk dag?  Ja  Nej Jeg stod op kl. \_\_\_\_\_ Jeg gik i seng kl. \_\_\_\_\_

Dato:		Utæt (sæt x):			Tør	Våd
Kl.	 Væskeindtagelse (ml)	 Vandladning (ml)	Pludselig vandladning	Fysisk aktivitet	 Bind-/blevægt (g)	
06:___						
07:___						
08:___						
09:___						
10:___						
11:___						
12:___						
13:___						
14:___						
15:___						
16:___						
17:___						
18:___						
19:___						
20:___						
21:___						
22:___						
23:___						
24:___						
01:___						
02:___						
03:___						
04:___						
05:___						
<b>TOTAL</b>						

Udfyldes af behandleren:

\_\_\_\_\_

Max volumen: \_\_\_\_\_

Antal vandladninger \_\_\_\_\_

Antal vandladninger om dagen: \_\_\_\_\_

Antal vandladninger om natten: \_\_\_\_\_