VIRTSAAMISLISTA

Kuvaus:	Virtsaamislista

NIMI:
SYNTYMÄAIKA:
PÄIVÄYS:

- Täytä taulukko kahtena peräkkäisenä vuorokautena. Aloita aamulla herättyäsi.
- Merkitse virtsaamisen kellonaika, virtsamäärä ja juominen.
- Jos heräät yöllä virtsahädän tunteeseen, ympyröi virtsaamisen kellonaika.
- Merkitse myös ajankohta ja määrä, mikäli on esiintynyt virtsan tahatonta karkaamista.
- **1 sivu/ 1 vrk**

VUOROKAUSI 1

Virtsaamisen kellonaika	Virtsamäärä (1 dl)	Virtsan karkaaminen 1 = vähän 2 = kohtalaisesti 3 = runsaasti	Nautittu nestemäärä (dl)

Päivämäärä: _____ / _____ 20 _____

VUOROKAUSI 2

Virtsaamisen kellonaika	Virtsamäärä (1 dl)	Virtsan karkaaminen 1 = vähän 2 = kohtalaisesti 3 = runsaasti	Nautittu nestemäärä (dl)