

	UZŅEMTĀ ŠKIDRUMA DAUDZUMS	INKONTINENCE		IZVADĪTĀ URĪNA DAUDZUMS TUALETĒ	URĪNA NOPLŪDES TILPUMS	PAPILDU INFORMĀCIJA
		BEZ STRŪKLAS	AR STRŪKLU			
00:00 - 01:00						
01:00 - 02:00						
02:00 - 03:00						
03:00 - 04:00						
04:00 - 05:00						
05:00 - 06:00						
06:00 - 07:00						
07:00 - 08:00						
08:00 - 09:00						
09:00 - 10:00						
10:00 - 11:00						
11:00 - 12:00						
12:00 - 13:00						
13:00 - 14:00						
14:00 - 15:00						
15:00 - 16:00						
16:00 - 17:00						
17:00 - 18:00						
18:00 - 19:00						
19:00 - 20:00						
20:00 - 21:00						
21:00 - 22:00						
22:00 - 23:00						
23:00 - 24:00						

DIENA

 Uzņemtā šķidruma daudzums
(kopā) (ml)

 Urīna noplūdes tilpums
(kopā) (ml)

VĒSTURE

- **Izvadītā urīna daudzums tualetē** piemēram, 20ml, 30ml, 40ml, 50ml, 100ml utt. Korektiem mērījumiem iesakām izmantot mērcilindru vai trauku ar atzīmēm.
- **Uzņemtā šķidruma daudzums:** kauss ~ 150ml, glāze ~ 200ml, krūze ~ 300ml, zupas šķīvis ~ 250-400ml
- **Urīna nesaturēšanas veidi,** piemēram, smeļoties, klepojot, ceļot smagumus utt.
- **Apakšveļas aizsardzībai (tiek izmantota burtu atzīme):** B - uroloģiskie ieliktņi, A - viscaur gaisu caurlaidīgās autiņbikses, P - anatomiski pielāgotas formas ieliktņi, E - elastīga apakšveļa, O - citi