



# Teie lapse voodimärgamise päevik

Nimi: \_\_\_\_\_

Lapsevanema nimi: \_\_\_\_\_



Arst andis teile selle päeviku, et välja selgitada, mis on teie lapse voodimärgamise põhjus ning aidata mure lahendamisel.

## Kuidas ma pean seda päevikut kasutama?

Märkige palun 4 päeva jooksul (võib ka kahel järjestikusel nädalavahetusel, kui nii on mugavam) täpselt üles mida, millal ja kui palju teie laps jõi ning kõik põie- ja sooletühjendamised alates ärkamisest hommikul kuni magama minekuni öhtul. Selline täpne info aitab teie arstil näha, kas lapse probleemi põhjus võib olla seotud põiega.

Lisaks sellele peate märkima üles andmed 7 järjestikuse öö kohta. See on vajalik, et selgitada välja, kas teie laps kannatab öise uriini üleproduktiooni all (liialt suur öise uriini kogus).

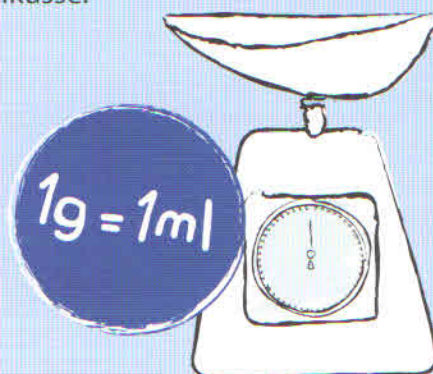
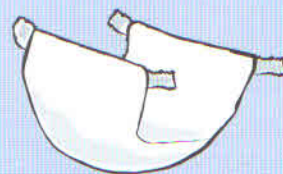
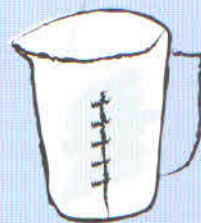


## Mida mul vaja läheb?

**Päevasel ajal** läheb teil vaja mõõteanumat, millega mõõta lapse uriinikogust iga kord kui ta potil käib.

**Öösel** on teie lapsel vaja kanda mähet, millega mõõta öösel produtseeritud uriini hulka.

Selleks vajate kaalu, millega kaalute esmalt kuiva mähkme enne lapsele alla panemist ja mis hiljem lahutatakse märja mähkme kaalust. Seejärel teisendatakse kaaluvahe milliliitriteks ( $g=ml$ , nt.  $30g=30ml$ ) ja kirjutatakse päevikusse.





## Päevase päeviku abil hinnatakse kaudselt lapse põie mahtu

Näide:

1. päev - Päevane Kuupäev: 10. märts 2010

Kellaeg	Joodud vedeliku hulk (ml)	Joogi tüüp	Uriini kogus	Urineerimistung (Jah/Ei)	Uriinileke (Jah/Ei)	Sodetegevus*
8.10	100	Piim				
8.40			140	Ei	Ei	
9.10						Normaalne

\*vedel/normaalne/köva

## Öise päeviku abil hinnatakse lapse öist uriiniproduksiooni

Näide:

1. päev - Öine Kuupäev: 10. märts 2010 Magama: 19:00 Ärkas: 7.30

Voodi (mäng/kviv)	Mähkme kaalu põhjal arvutatud öine uriini kogus (ml)	Läks potile (Jah/Ei)	Ärkas üles (Jah/Ei)	Esimene hommikune pissimine (ml)
Märg	100	Ei	Ei	140

Antud päeviku formaat on kohandatud vastavalt 2012. aastal välja antud voodimärgamise (enureesi) juhistele *Practical Consensus Guidelines for the management of bedwetting (enuresis)*.<sup>1</sup>









# 1. päev - Öine

Kuupäev: \_\_\_\_\_

Magama: \_\_\_\_\_

Ärka: \_\_\_\_\_

Vaadi (mäng/küiv)	Mähkme kaalu põhjal arvutatud öine uriini kogus (ml)	Läks poole (Jah/Ei)	Ärka üles (Jah/Ei)	Esimene hommikune pissimine (ml)

# 2. päev - Öine

Kuupäev: \_\_\_\_\_

Magama: \_\_\_\_\_

Ärka: \_\_\_\_\_


# 3. päev - Öine

Kuupäev: \_\_\_\_\_

Magama: \_\_\_\_\_

Ärka: \_\_\_\_\_


# 4. päev - Öine

Kuupäev: \_\_\_\_\_

Magama: \_\_\_\_\_

Ärka: \_\_\_\_\_


# 5. päev - Öine

Kuupäev: \_\_\_\_\_

Magama: \_\_\_\_\_

Ärka: \_\_\_\_\_


# 6. päev - Öine

Kuupäev: \_\_\_\_\_

Magama: \_\_\_\_\_

Ärka: \_\_\_\_\_


# 7. päev - Öine

Kuupäev: \_\_\_\_\_

Magama: \_\_\_\_\_


Ärka: \_\_\_\_\_




**Viide:**

1. Vande Walle J, Rittig S et al. Eur J Pediatr 2012  
(Epub ahead of print); DOI 10.1007/s00431-012-1687-7.  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22362256>

EE-MIN-1303

 PharmaSwiss  
Choose More Life



VALEANT  
PHARMACEUTICALS

**FERRING**  
PHARMACEUTICALS