



Nachtkalenders

Week 1 – 's nachts/datum :

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Tijdstip slapen							
Tijdstip opstaan							
Droge nacht (ja/nee)							
Natte nacht (ja/nee)							
's Nachts opstaan om te plassen, noteer volume (ml)							
's Morgens, gewicht natte luier* (ml)							
Volume van de ochtendplas (ml)							
Nachtelijke urineproductie = gewicht natte luier + volume ochtendplas + volume plas 's nachts (ml)							
Stoelgang overdag of 's nachts (ja/nee)							
Veegje of hoop (stoelgang) in de broek (ja/nee)							

* Gewicht natte luier – gewicht droge luier (1g = 1ml)

Week 2 – 's nachts/datum :

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Tijdstip slapen							
Tijdstip opstaan							
Droge nacht (ja/nee)							
Natte nacht (ja/nee)							
's Nachts opstaan om te plassen, noteer volume (ml)							
's Morgens, gewicht natte luier* (ml)							
Volume van de ochtendplas (ml)							
Nachtelijke urineproductie = gewicht natte luier + volume ochtendplas + volume plas 's nachts (ml)							
Stoelgang overdag of 's nachts (ja/nee)							
Veegje of hoop (stoelgang) in de broek (ja/nee)							

* Gewicht natte luier – gewicht droge luier (1g = 1ml)