

Bijlage: Dagboek plassen

Het dagboek

We willen graag weten hoe het plassen gaat. Vul daarom 3 dagen dit dagboek in.

Doe dit zo precies mogelijk, dan kunnen we u goed helpen. Laat uw kind zo veel mogelijk zelf het dagboek invullen.

Kies gewone dagen, zonder feestjes of andere bijzondere situaties.

Hoe gebruikt u het dagboek?

- Gebruik voor elke dag 1 formulier.
- Zet op ieder formulier de naam van uw kind en de datum van invullen.
- In kolom 2 vult u in op welk tijdstip (ongeveer) uw kind op de WC heeft geplast. Zet hier een kruisje (x).
- In kolom 3 vult u in hoeveel milliliter (ml) uw kind heeft geplast. Het is de bedoeling dat u de plas opvangt en meet. Deze kolom hoeft niet altijd ingevuld te worden! Uw jeugdarts/jeugdverpleegkundige heeft u verteld of deze kolom gebruikt moet worden.
- In kolom 4 vult u in op welk tijdstip (ongeveer) uw kind nat was. Vul in hoe groot de natte plek was: kleiner dan een euromunt, meer dan een euromunt, buitenste kledingstuk ook nat.
- In kolom 5 vult u bijzonderheden in. Bijvoorbeeld of uw kind zelf naar WC is gegaan of gestuurd is, of u ophoudgedrag heeft gezien (bijvoorbeeld wiebelen, hand in kruis), of de reactie van uw kind op een ongelukje.

Tips

- Probeer het dagboek op vaste momenten van de dag in te vullen, bijvoorbeeld bij iedere maaltijd. Zo vergeet u niks.
- Let op signalen van aandrang (wiebelen, dansen, kruis vasthouden etc.).
- Het meten van de plas gaat het beste door een teiltje of grote schaal in de wc of het potje te zetten. Uw kind kan dan op de gewone manier plassen. Daarna kunt u de plas in een maatbeker doen en meten.
- Plassen in een maatbeker is geen goed idee, omdat uw kind dan anders plast dan normaal.
- Als uw kind een luier draagt dan kunt u de natte luier wegen. Haal hier het gewicht van een droge luier vanaf. Dan weet u hoeveel milliliter uw kind heeft geplast.
- Op school hoeft uw kind de plas niet te meten. Probeer met een kruisje in te vullen hoe laat uw kind op school heeft geplast.

Dagboek plassen van:(naam kind).....

Datum invullen:

[illegible]