

Bilaga 1: Tolkningsguide vid urinmätning

Normalvärden

- total urinmängd/dygn 1200-2000 ml
- frekvens/dygn 4-8 ggr
- urinmängd/miktion 200-500 ml
- dryckesintag/dygn 1200-2000 ml

Följ variationen i enskilda urinmängdens storlek (största och minsta volym) samt dygnsvariationer (dag/natt). Det är normalt att vakna en gång under natten för att tömma urinblåsan. Täta miktationer kan bero på stort vätskeintag, urinmängden/miktion är då normala.

Vid dryckesmätning är viktiga parametrar dygnsmängd, fördelning dag/natt samt typ av dryck i förhållande till dygnsmängden urin.

Ansträngningsinkontinens

- läcker vid ansträngning
- små läckage
- urinmängd mer än 300 ml på morgonen
- sällan mer än 1-2 miktationer/natt
- urinmättningslista ofta normal
- medelvolym/miktion > 250 ml
- oftast ingen nokturi

Överaktiv blåsa/Trängningsinkontinens

En överaktiv blåsa där läckage förekommer kallas för trängningsinkontinens. Symtomen är i övrigt de samma.

Överaktiv blåsa:

- täta trängningar och/eller miktationer
- små urinmängder hela dagen
- ingen enstaka urinmängd större än 300 ml

Vid trängningsinkontinens:

- flera nattliga miktationer
- läckage sker i samband med trängningarna
- små till stora läckage

Blandinkontinens

- läcker både vid ansträngning och trängning
- har minskat sin blåskapacitet till mindre än 300 ml
- kissar ofta, före och efter för säkerhets skull

Överrinningsinkontinens

- läcker som ett konstant dropp
- läckage när man ligger ner
- inga större urinmängder någon gång

Nokturi/Polyuri

- *nokturi* innebär nattliga blästömningar som föregås och efterföljs av sömn
- *nattlig polyuri* föreligger när mer än en tredjedel av dygnsmängden urin utsöndras under natten (nattlig urinmängd + första morgonurinen)
- *polyuri* föreligger när dygnsmängden urin överstiger 2,8 liter