

Vochtbalans

U bent opgenomen op de afdeling Longziekten & Interne geneeskunde van Gelre Apeldoorn. Voor uw behandeling is het belangrijk dat er per dag wordt opgeschreven hoeveel u drinkt en plast. Daarom wordt een vochtbalans bijgehouden. In deze folder vindt u meer informatie over hoe het bijhouden van de vochtbalans gaat.

Wat is een vochtbalans?

Dit is een lijst waarop wordt bijgehouden wat u aan vocht binnenkrijgt door drinken of via een infuus en hoeveel u verliest door urineren of bijvoorbeeld een stoma. Door te eten en te drinken krijgt u vocht binnen. Dit plast u weer uit en u verliest ook vocht door uw ontlasting, transpiratie en ademhaling.

Wanneer het vocht dat u binnenkrijgt en verliest gelijk is, is uw vochtbalans in evenwicht. Het kan zijn dat uw vochtbalans wordt verstoord, bijvoorbeeld door: koorts, (overmatig) transpireren, diarree, overgeven of doordat u vocht vasthoudt (dikke enkels/voeten).

Bijhouden van een vochtbalans

De verpleegkundige geeft u een lijst waarop de medewerkers van de afdeling schrijven hoeveel u drinkt. Wanneer u een infuus heeft, noteert de verpleegkundige dit ook in het patiëntendossier.

Omdat de medewerkers van het ziekenhuis niet altijd zien wat u drinkt, is het belangrijk dat u hier zelf ook op let. Wanneer u bijvoorbeeld iets heeft gedronken tijdens het bezoek, geeft u dit door aan een verpleegkundige of voedingsassistent. Hierdoor helpt u om een betrouwbare vochtbalans bij te houden. U mag, in overleg met uw verpleegkundige, ook zelf opschrijven wat u drinkt en plast.

U plast op een po of in een urinaal zodat precies kan worden gemeten hoeveel u plast. Als deze niet klaar staat als u naar het toilet moet, verzoeken wij u om dit aan de verpleegkundige te vragen die voor u zorgt.

Wat schrijft u op?

Alles wat u drinkt of vloeibaar eet, schrijft u op de vochtbalans. Bijvoorbeeld een glas water, pap, toetje, soep en appelmoes. In de tabel op de achterkant vindt u de hoeveelheden. Heeft u vragen? Stel ze aan de verpleegkundige!

Elke dag een nieuwe vochtbalans

Een vochtbalans wordt elke 24 uur bijgehouden. Om 22.00 uur krijgt u een nieuwe vochtbalans van de verpleegkundige en neemt de verpleegkundige de ingevulde vochtbalans over in uw patiëntendossier.

Z.O.Z.

Voorbeeld vochtbalans

Soort vocht	Hoeveelheid (in ml of cc)
Appelmoes /E+ pudding	100
Protino/ nutri com	125
Kopje	150
Glas	150
Kwark	150
Bakje	200
Nutridrink groot	200