

Urologie

# Vochtbalans

## Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden  
Houtlaan 55  
2334 CK Leiden  
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp  
Simon Smitweg 1  
2353 GA Leiderdorp  
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn  
Meteoorlaan 4  
2401 WC Alphen aan den Rijn  
0172 467 467

**Het is de bedoeling dat wij precies opschrijven hoeveel vocht u binnenkrijgt en weer verliest. Dit heet vochtbalans. In deze folder vertellen wij u hier meer over.**

## Waarom houden wij een vochtbalans bij?

De arts wil weten of uw vochthuishouding goed is. Dat betekent dat hij/zij wil weten hoeveel vocht u binnenkrijgt en hoeveel vocht u weer kwijtraakt. Dit moet kloppen, in evenwicht zijn. Want als de vochthuishouding goed is, werkt de stofwisseling in uw lichaam goed.

Redenen om een vochtbalans bij te houden:

- een ernstige infectie;
- u plast te veel of juist te weinig;
- u houdt vocht vast in de armen of benen;
- u krijgt het benauwder door mogelijke overvulling.

## Vochtilijst

De voedingsassistente noteert op de vochtilijst wat u precies drinkt en eet. Drinkt u iets extra's? Dan is het belangrijk dat u dit meldt aan de voedingsassistente en/of de verpleegkundige!

**Op de vochtilijst staat 'input' en 'output':**

### Input

Alle soorten vocht die in het lichaam komen, dus alle dranken: bijvoorbeeld water, thee, koffie, vruchtensap, enzovoorts. Hierbij horen ook:

- soep of bouillon;
- appelmoes, compote of vruchtenmoes;
- fruit (100 ml per portie);
- pap, vla, yoghurt, pudding en ijs.

### Output

Alle soorten vocht die het lichaam verlaten, door plassen, braken en transpireren. Het is dan ook belangrijk dat u gaat plassen in een po of urinaal. Zo kan de verpleegkundige het vochtverlies meten.

**De gebruikte hoeveelheden in ons ziekenhuis (in milliliters)**

|                              |        |                        |                |
|------------------------------|--------|------------------------|----------------|
| glas                         | 150 ml | glazen mok             | 150 ml         |
| tuitbeker                    | 175 ml | kopje                  | 150 ml         |
| kom pap                      | 150 ml | vla (bekertje)         | 150 ml         |
| halfvolle yoghurt (bekertje) | 150 ml | pudding (bekertje)     | 150 ml         |
| compote (bijgerecht)         | 80 ml  | appelmoes (bijgerecht) | 80 ml          |
| ijsblokje                    | 20 ml  | ijs                    | 150 ml         |
| portie fruit                 | 100 ml | drinkvoeding           | zie verpakking |

## Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, stel ze dan gerust aan uw arts of aan de verpleegkundige.

## Tot slot

Wat neemt u mee?

- uw (geldige) identiteitsbewijs (paspoort, ID-kaart, rijbewijs);
- uw medicatie-overzicht. Dat is een lijst met de medicijnen die u nu gebruikt. U haalt deze lijst bij uw apotheek.

Heeft u een andere zorgverzekering of een andere huisarts? Of bent u verhuisd? Geef dit dan door. Dat kan bij de registratiebalie in de hal van het ziekenhuis.

Zorgt u ervoor dat u op tijd bent voor uw afspraak? Kunt u onverwacht niet komen? Geeft u dit dan zo snel mogelijk aan ons door. Dan maken we een nieuwe afspraak met u.

## Vragen

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen naar aanleiding van deze folder, stelt u deze dan aan de baliemedewerker van de polikliniek Urologie.

De polikliniek Urologie (alle locaties) is op werkdagen tussen 08.30 - 12.00 uur en tussen 13.30 - 15.30 uur te bereiken via telefoonnummer 071 582 8060.

Buiten deze uren en dagen wordt u automatisch doorverbonden met het antwoordapparaat. Dan hoort u hoe u de uroloog bij spoedgevallen kunt bereiken.

De verpleegafdeling Urologie van Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp is te bereiken via 071 582 9019.