

Vochtbalans

Voor uw behandeling is het belangrijk dat er per dag wordt opgeschreven hoeveel u drinkt en plast. Daarom wordt er een vochtbalans bijgehouden. Deze folder geeft u informatie over het bijhouden van een vochtbalans.

U krijgt vocht binnen doordat u eet en drinkt. Dit verlaat het lichaam weer via uw urine, ontlasting, ademhaling en transpiratie. Wanneer u gezond bent, is de vochtbalans in evenwicht. Dat wil zeggen dat u net zoveel vocht inneemt als uitscheidt. Het kan zijn dat de balans is verstoord door bijvoorbeeld koorts, transpireren, diarree, overgeven, of door het vasthouden van vocht (dikke enkels/voeten).

De arts bespreekt met u wat de oorzaak is van de verstoring van uw vochtbalans.

Bijhouden vochtbalans

Achter uw bed hangt een lijst, daarop schrijven de verpleegkundigen en de voedingsassistenten hoeveel u drinkt en plast.

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 bezoeken, geeft u dit door aan een verpleegkundige of voedingsassistente. Zo wordt ervoor gezorgd dat uw vochtbalans compleet is. U mag, in overleg met uw verpleegkundige, ook zelf opschrijven wat u drinkt.

U plast op een po of in een urinaal (plafles), zodat er kan worden gemeten hoeveel u plast.

Wat schrijft u op?

Alles wat u drinkt of vloeibaar eet, schrijft u op de vochtbalans. Alles moet worden opgeschreven. Bijvoorbeeld een glas water, pap, toetjes, soep, en vruchtenmoes.

Hoeveelheden	
Klein kopje	100 ml
Kopje	150 ml
Kleine mok	200 ml
Grote mok	200 ml
Tuitbeker	150 ml
Plastic mok (pap)	150 ml
Glas	150 ml
Wegwerp beker	150 ml
Plastic bakje	150 ml
Soepkom	150 ml

Positieve/negatieve vochtbalans

Een vochtbalans wordt 24 uur per dag bijgehouden, wij noteren hierop gegevens van 0.00 tot 24.00 uur. Als u teveel vocht in uw lichaam heeft wordt er gesproken van een positieve vochtbalans. Heeft u te weinig vocht in uw lichaam, dan wordt er gesproken van een negatieve vochtbalans. De arts bekijkt tijdens de visiterende uw vochtbalans en past zo nodig uw behandeling aan zodat de deze weer wordt hersteld.

Wanneer uw vochtbalans weer in evenwicht is kunt u stoppen met het bijhouden van de vochtbalans. De arts of verpleegkundige informeert u hierover.

Vragen

Heeft u vragen over uw vochtbalans?

Stelt u deze dan gerust aan de verpleegkundige.