

URINEERIMIS- PÄEVIK



NIMI: _____



See on sinu lapse urineerimispäevik. Palun täida päevik kolme päeva jooksul. Päevad ei pea olema järjestikku – võid päevikut täita nt kahel järjestikusel nädalavahetusel. Päeviku täitmiseks on sul vaja mõõteanumat, millega mõõta lapse uriini kogust igal urineerimisel.

Kuidas päevikut täita? (Vt ka allolevat näidet!)

AEG. Joonista tulpa AEG vastavasse ajalahtrisse, mis tähistab lapse hommikust ärkamist, PÄIKE ☀️, ning KUU 🌙 sellesse lahtrisse, kui laps läheb öhtul magama. Aegu võib muuta (nt 18:30).

JOOGID. Kirjuta üles joogi kogus milliliitrites ja joogi tüüp (vesi, tee, mahl vm).

URIINI KOGUS. Sellesse tulpa kirjuta üles uriini kogus milliliitrites iga kord, kui laps käib potil (nii päeval kui öösel). Uriini mõõtmiseks kasuta mõõteanumat. Kui laps urineerib, aga mõõtmist ei tehtud, kirjuta tulpa **X**. Kui uriini lekib, kirjuta tulpa **LEKE**.

PÕIE TUNNETUS. Sellesse tulpa kirjuta, mida laps tundis, kui ta läks potile. Selleks kasuta järgmisi numbreid:

- 0** – lapsel ei olnud urineerimissoovi, aga läks potile sotsiaalsetel põhjustel, nt enne kodust lahkumist või enne magamaminekut.
- 1** – lapsel oli urineerimissoov, aga ei esinenud urineerimistungi. Urineerimistungiks loetakse järsku tekkinud soovi urineerida, mida on raske edasi lükata – kui kohe mitte minna, siis võib laps püksi pissida.
- 2** – lapsel esines urineerimistung, aga see möödus enne tualetti jõudmist.
- 3** – lapsel esines urineerimistung, aga jõudis tualetti ning uriin ei lekkinud.
- 4** – lapsel esines urineerimistung, kuid ta ei jõudnud tualetti ning esines uriinileke.

Täida päevikut nii:

AEG	JOOGID		URIINI KOGUS	PÕIE TUNNETUS
	KOGUS	TÜÜP		
6				
7 ☀️			200 ml	1
8	300 ml	tee		
...				
20	500 ml	vesi	LEKE	4
21 🌙				

PÄEV 1 Kuupäev: _____

AEG	JOOGID		URIINI KOGUS	PÕIE TUNNETUS
	KOGUS	TÜÜP		
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
00				
1				
2				
3				
4				
5				

PÄEV 2 Kuupäev: _____

AEG	JOOGID		URIINI KOGUS	PÕIE TUNNE- TUS
	KOGUS	TÜÜP		
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
00				
1				
2				
3				
4				
5				

PÄEV 3 Kuupäev: _____

AEG	JOOGID		URIINI KOGUS	PÕIE TUNNE- TUS
	KOGUS	TÜÜP		
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
00				
1				
2				
3				
4				
5				



Patsiendimaterjali on kinnitanud Tallinna Lastehaigla juhatus 02.07.2025.



www.lastehaigla.ee



[tallinnalastehaigla](https://www.facebook.com/tallinnalastehaigla)



[sa_tallinna_lastehaigla](https://www.instagram.com/sa_tallinna_lastehaigla)

