سجل تناول السوائل ونواتج إخراج الفغر

يساعدك هذا السجل على تتبع:

- استهلاكك من السوائل (كمية السوائل التي تتناولها)
- نواتج إخراج الفغر لديك (مقدار النواتج التي تخرج من الفغر)
- لون البول

تتبع استهلاك السوائل ونواتج إخراج الفغر على مدار اليوم. قم بتدوين هذه القيم في السجل الموجود في نهاية هذا المورد.

- افحص ملصق المشروبات المُعبأة في زجاجات والمُعلَّبة للتعرف على مقدار السوائل بوحدة المليلتر (مل).
- استخدم دورق أو كوب القياس الذي حصلت عليه عند مغادرة المستشفى لقياس نواتج إخراج الفغر.
- استخدم وحدات المليلتر (مل) عند تدوين استهلاكك من السوائل ونواتج إخراج الفغر في السجل. ولا تستخدم وحدة الأونصة.

تتبع أيضًا لون بولك. فهذا يساعدنا على معرفة ما إذا كنت تتناول الكمية الكافية من السوائل. قم بتدوين لون بولك (مثل "لون أصفر فاتح" أو "أصفر خفيف" أو "قاتم" أو "لون الشاي") في السجل.

في نهاية اليوم، احسب الكمية الكلية للسوائل التي تناولتها ونواتج إخراج الفغر الكلية. **اتصل بمقدم الرعاية الصحية في الحالات التالية:**

- إذا كانت نواتج إخراج الفغر الكلية أكبر من كمية استهلاك السوائل الكلية خلال اليوم.
- إذا كانت نواتج إخراج الفغر الكلية خلال اليوم تزيد على 1000 ملليلتر.
- إذا كان لون البول قاتم أو بلون الشاي.

إذا كانت لديك أية أسئلة أو مخاوف، فتحدث مع أحد أعضاء فريق الرعاية الصحية الخاص بك. يمكنك التواصل معهم أيام الاثنين إلى الجمعة من الساعة 9 صباحًا حتى الساعة 5 مساءً على _____.

سجل كمية السوائل المُستهلكة ونواتج إخراج الفغر

اصطحب هذا السجل معك عند حضور جميع المواعيد المقررة لك.

التاريخ: _____

السوائل المُستهلَكة		نواتج إخراج الفغر		
الوقت	الكمية (ملليلتر)	الوقت	الكمية (ملليلتر)	لون البول
الكمية الكلية لليوم:		الكمية الكلية لليوم:		

لمزيد من الموارد، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني www.mskcc.org/pe للبحث في مكتبتنا الإلكترونية.

جميع الحقوق مملوكة ومحفوظة لمركزMemorial Sloan Kettering لعلاج السرطان