

患者及照护者教育

液体摄入量和造口排出量日志

本日志将帮助您追踪以下信息：

- 液体摄入量（即饮用的液体量）
- 造口排出量（即造口排出物总量）
- 尿液颜色

全天记录液体摄入量与造口排出量。请将相关值写入本资源末尾的日志中。

- 请查看瓶装和罐装饮料的标签，找到毫升数 (mL)。
- 请使用出院时领取的量筒或量杯来测量造口排出量。
- 在日志中记录液体摄入量和造口排出量时，请使用毫升 (mL)。请勿使用盎司 (oz)。

此外，还应记录尿液颜色。这有助于我们了解您的饮水量是否足够。在日志中记下您的尿液颜色（如“浅黄色”、“稻草色”、“深色”或“茶色”）。

当天结束时，请将您的液体摄入总量和造口排出总量相加。如果您出现以下情况，请致电您的医疗保健提供者：

- 您的造口排出总量大于当天的液体摄入总量。
- 当天的造口排出总量超过 1000 毫升。
- 尿液呈深色或“茶色”。

如果您有任何问题或顾虑，请与您的医疗团队的成员讨论。您可以在周一至周五上午 9:00 至下午 5:00 致电 _____ 与其取得联系。

液体摄入量和造口排出量日志

预约就诊时请携带本日志。

日期： _____

液体摄入量		造口排出量		
时间	液体量 (mL)	时间	液体量 (mL)	尿液颜色

当天总计:		当天总计:		

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Liquid Intake and Ostomy Output Log - Last updated on January 27, 2026
 Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利

上次更新时间
 一月 27, 2026

Learn about our [Health Information Policy](#).

请告诉我们您的想法

请告诉我们您的想法

您的反馈有助于我们改进所提供的教育信息。您的医疗团队将无法看到您在本反馈表中填写的任何内容。请勿通过反馈表表达您的医疗需求。如果您对自己接受的医疗服务有任何疑问，请联系您的医疗保健提供者。

我们会阅读所有反馈，但不会回答任何问题。请勿在本反馈表中填写您的姓名或任何个人信息。

该信息是否易于理解？

- 是
- 尚可
- 否

我们应该更清楚地解释哪些方面？

请勿输入您的姓名或任何个人信息。