Durchführung des Vorlagen-Tests (=Pad-Tests) **zu Hause**
(sogenanntes Miktionsprotokoll)

Bitte über **24 Stunden** folgende Tabelle führen:

Uhrzeit	Trinkmenge [in Milliliter]	Menge Urin [in Milliliter]	Neue Vorlage [Kreuz]	Urinmenge in Vorlage [in Milliliter bzw. Gramm]

Beispiel:

Uhrzeit	Trinkmenge [in Milliliter]	Menge Urin [in Milliliter]	Neue Vorlage [Kreuz]	Urinmenge in Vorlage [in Milliliter bzw. Gramm]
8:00	150		X	
8:30		200		
10:00	200			
11:00		300	X	50

usw.

Die Menge des Urinverlusts innerhalb eines Tages ermittelt man wie folgt: Sämtliche Vorlagen, die über 24 Stunden erforderlich sind, werden gesammelt: die gebrauchten ("nassen") Vorlagen werden in einem luftdichten Beutel zum Schutz vor Verdunstung aufbewahrt und am Ende des Zeitraumes von 24 Stunden gewogen. Die Gewichtsdifferenz in Gramm beschreibt sehr genau die Menge des Urinverlustes. Beispiel: Sie benötigen an einem Tag 5 Vorlagen, die zusammen trocken 100g wiegen, die „nassen“ Vorlagen wiegen insgesamt 250g. Daraus folgt, dass Sie 150ml Urin verloren haben (250-100 = 150).