

## প্রস্রাবের পরিমাণ ও সময়সূচী

পেডিয়াট্রিক নেফ্রোলজি ইউনিট, মেডিক্যাল কলেজ, কলকাতা

ক্রমাঙ্ক: \_\_\_\_\_

তারিখ: \_\_\_\_\_

নাম: \_\_\_\_\_

রেজিস্ট্রেশন: \_\_\_\_\_

বয়স: \_\_\_\_\_

সময়	প্রস্রাবের পরিমাণ	প্যান্ট/বিছানায় প্রস্রাব	জল খাওয়ার পরিমাণ	অন্যান্য
সকাল ৬ টা				
সকাল ৭ টা				
সকাল ৮ টা				
সকাল ৯ টা				
সকাল ১০ টা				
সকাল ১১ টা				
বেলা ১২ টা				
দুপুর ১ টা				
দুপুর ২ টা				
দুপুর ৩ টা				
দুপুর ৪ টা				
বিকেল ৫ টা				
সন্ধ্য ৬ টা				
সন্ধ্য ৭ টা				
রাত ৮ টা				
রাত ৯ টা				
রাত ১০ টা				
রাত ১১ টা				
রাত ১২ টা				
রাত ১ টা				
রাত ২ টা				
রাত ৩ টা				
ভোর ৪ টা				
ভোর ৫ টা				
<b>মোট</b>				

- সকালে ঘুম ভাঙার ও রাতে ঘুমবার সময় চিহ্নিত করুন
- ঘন্টার মাঝে প্রস্রাব করলে শুরুতে চিহ্নিত করুন (উদাহরণঃ ১০:৩০ এ প্রস্রাব করলে ১০:০০ টায় চিহ্নিত করুন)
- রাতে দু-বার এলার্ম দিয়ে ঘুম থেকে তুলে প্রস্রাব করান ( রাত ১ টা ও ৪ টে, যারা বিছানায় প্রস্রাব করে)
- সন্ধ্য সাতটার পরে পানীয় এড়িয়ে চলুন
- চা, কফি বা কোক জাতীয় পানীয় বর্জন করুন
- বিছানায় প্রস্রাব করলে বাচ্চাকে দিয়ে চাদর বদলান
- প্রতিবার প্রস্রাব সংগ্রহ করতে হবে, এমনকি মল ত্যাগের সময়েও
- তিনটি ছুটির দিনের প্রস্রাবের পরিমাপ ও সময়সূচী লিপিবদ্ধ করতে হবে



প্রস্রাব পরিমাপক পাত্র

