

Unsere Tasse fasst: _____ ml Unser Glas fasst: _____ ml Trinkbecher fasst: _____ ml

Festgelegt von: _____ am: _____

- Menge in ml schätzen, halb leer getrunken zählt halb.
- Ein Getränk immer in Reichweite, auch nachts.
- Bei Herz- oder Nierenschwäche gilt der ärztliche Trinkplan.

Wichtig: Lassen Sie nicht eigenmächtig weniger trinken. Zu wenig Flüssigkeit kann zu Verwirrtheit und Stürzen führen. Ob eine Obergrenze nötig ist, legt die Ärztin oder der Arzt fest. Bei Blasenschwäche kann man abends etwas weniger und morgens mehr trinken.

Nachtprotokoll für 14 Nächte

Jeden Morgen kurz ausfüllen. Zum Arzttermin und zur Pflegebegutachtung mitnehmen.



Name: _____ Zeitraum vom: _____ bis: _____

Nacht	Datum	Wach von / bis	Grund (Harndrang, Schmerz, Angst, Unruhe ...)	Was hat geholfen?	Toilette (wie oft)	Sturz?
01						☐ nein ☐ ja
02						☐ nein ☐ ja
03						☐ nein ☐ ja
04						☐ nein ☐ ja
05						☐ nein ☐ ja
06						☐ nein ☐ ja
07						☐ nein ☐ ja
08						☐ nein ☐ ja
09						☐ nein ☐ ja
10						☐ nein ☐ ja
11						☐ nein ☐ ja
12						☐ nein ☐ ja
13						☐ nein ☐ ja
14						☐ nein ☐ ja

Für das Arztgespräch auch notieren: lautes, unregelmäßiges Schnarchen oder Atemaussetzer, abends eingenommene Medikamente, Schlafmittel (nie ohne ärztliche Verordnung). Bei Lebensgefahr, etwa Atemnot oder Bewusstlosigkeit, und im Zweifel: **Notruf 112**. Dringend, aber ohne Lebensgefahr, außerhalb der Sprechzeiten: **ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117**.