

## Hemtest

### Vägning av inkontinensskydd

Datum ↓	Vikt före användning (g)	Tid då binda sattes på Kl.	Tid då binda togs av Kl.	Vikt efter användning (g)	Viktökning	Orsak *

### Så här gör du...

Om du använder bindor kan du mäta omfattningen av ditt läckage genom att fylla i Hemtest. Anteckna vilken tid du satte på respektive tog bort bindan samt vad den vägde (i gram) före och efter användandet.

Väg alltid bindan både före och efter läckage eftersom bindor kan väga olika även om de är av samma typ.

**\*Orsak:** Ange här vad som förorsakat ditt läckage, t ex hosta, nysning, skratt, jogging eller träning.