Avföringslista

Syfte

Avföringslistan används för att kartlägga tarmens funktion och identifiera tecken på förstoppning, diarré eller andra förändringar i avföringsvanorna. Informationen kan bidra till att bedöma om tarmfunktionen kan påverka blåsfunktionen och förmågan att tömma blåsan.

Instruktion

En avföringslista bör användas när det finns misstanke om att tarmfunktionen inte fungerar bra eller att tarmfunktionen kan påverka blåsfunktionen.

- För anteckningar under minst tre dygn, eller enligt överenskommelse med sjuksköterska.
- Notera antal avföringar och ungefärlig tidpunkt för varje avföring.
- Beskriv avföringens konsistens och form, gärna med hjälp av Bristolskalan.
- Notera avföringens mängd/storlek.
- Notera om personen har svårt att tömma tarmen, behöver krysta eller upplever att tarmen inte blir ordentligt tömd.
- Notera om det förekommer avföringsläckage.
- Dokumentera läkemedel och andra åtgärder som kan påverka tarmfunktionen, exempelvis laxermedel, lavemang eller suppositorier.
- Notera andra faktorer som kan påverka tarmfunktionen, exempelvis mat, dryck och förändringar i kost eller fysisk aktivitet.
- Uppmärksamma och notera förändringar jämfört med personens vanliga avföringsvanor.

Ta med avföringslistan vid uppföljning för att tillsammans med personen och berörd hälso- och sjukvårdspersonal bedöma tarmfunktionen och eventuellt samband med blåsdysfunktionen.

Person: _____

Mätperiod: _____

Datum	Klockslag	Mängd	Form	Tarmreglerande hjälpmedel eller lavemang	Kommentarer (t.ex. specialkost som plommon/linfrö samt avföring på toalett/inkontinensskydd

Avföringsformer och konsistens enligt Bristolskalan

Typ		Beskrivning
1		Separata hårda klumpar som liknar nötter
2		Korvformad med klumpar
3		Liknar en korv med sprickor på utsidan
4		Liknar en korv, smidig och mjuk
5		Mjuka klumpar med skarpa kanter (lätta att få ut)
6		Småbitar
7		Vattnig utan klumpar (enbart vätska)

Källa: 1177