

## **2x 24 uur urine sparen**

Twee dagen voordat u de fles urine moet brengen, begint u met urine te sparen.

### **Dag 1**

U begint de eerste dag 's morgens om bijvoorbeeld 7.00 uur. U plast dan uit in het toilet. Deze urine mag u dus wegspoelen. Vanaf dan spaart u alle urine tot en met de volgende morgen 7.00 uur. Zorg dat u dan ook de nachturine in de 1<sup>e</sup> fles opvangt.

### **Dag 2**

Na het uitplassen van de nacht in de 1<sup>e</sup> fles, begint u aan de 2<sup>e</sup> dag. U spaart weer alle urine tot de volgende morgen 7.00 uur. Zorg dat u dan ook weer de nachturine in deze 2<sup>e</sup> fles opvangt.

Als het nodig is, kunt u extra flessen vragen.