

Verschillende plastypen

en wat dit betekent



Lichtgeel

Gefeliciteerd, je bent goed gehydrateerd! Zorg wel dat de plas niet compleet transparant is, want dit kan duiden op over-hydratatie



Fel- tot donkergeel

Donkergeel is normaal, maar kan een teken zijn dat je meer vocht nodig hebt. Dokters bevelen aan om dagelijks 1,2 liter water te drinken



Troebel

Als je urine wittig of troebel is kan dit een teken zijn van een infectie van de urinewegen of wijzen op nierstenen. Bespreek dit zo snel mogelijk met de dokter



Bruinig

Bruinige urine kan aan je dieet liggen, maar het is ook een teken van dehydratatie. Tijd voor een glas water!



Rozig

Deze kleur kan wijzen op bloed in je urine, wat kan komen door een infectie van de urinewegen, blaasstenen of cysten in je lever. Ga zo snel mogelijk naar de dokter



Oranje

Oranje urine kan een teken zijn van dehydratatie. Het kan ook komen door je medicatie of door lever of galbuisproblemen. Ga voor de zekerheid naar de dokter



Groenig

Groenige of blauwige urine kan komen door een infectie van de urinewegen. Ga naar de dokter, maar raak niet in paniek: het kan ook komen door de kleur van je eten of door medicatie



Meer tips op [edet.nl](https://www.edet.nl)



 Care well, live well