**Probleemstelling**

5 X W + H-methode

1. Wat is het probleem?

We hebben gezien dat mensen vaak droge lippen hebben of een beetje uitdroging hebben. Dus we hebben besloten om een app te maken die mensen met dit soort problemen te helpen zodat ze vaker water gaan drinken en meer over hun gezondheid denken.

1. Wie heeft er met het probleem te kampen?

Alle leeftijden want iedereen jong of oud vergeet wel eens om water te drinken.

1. Wanneer treedt het probleem op?

Altijd, maar je merkt het meestal in de winter is het kouder en mensen drinken minder water en door weinig water te drinken krijgt de urine een donkere kleur en dat betekent dat je nieren te weinig water hebben om te filteren.

1. Waarom is het een probleem?

Wanneer je te weinig water drinkt, wordt het bloed dikker en neemt de bloeddruk af. Op die manier stroomt het bloed enkel nog naar de meest vitale organen wat leidt tot duizeligheid, concentratiestoornissen en misselijkheid. Ook ons hart heeft water nodig. Wie te weinig drinkt, beïnvloedt de werking van de zenuwcellen.

1. Waar doet het probleem zich voor?

Overal ter wereld

1. Hoe is het probleem ontstaan?

Het probleem ontstaat door te vergeten water te drinken en je lichaam soms niet aangeeft dat je dorst hebt maar wel water nodig heeft.