

PORADNIK DLA PACJENTA

Jak przygotować się do badań laboratoryjnych?

Prawidłowe przygotowanie pacjenta do badań laboratoryjnych jest warunkiem uzyskania wiarygodnych i porównywalnych wyników. Prosimy o zapoznanie się z poniższymi zasadami przed zgłoszeniem się do Punktu Pobrań.

I. POBRANIE KRWI ŻYLNEJ I BADANIA WYKONYWANE Z KRWI ŻYLNEJ

1. Zasady ogólne

Krew żylna do badań rutynowych pobierana jest w godzinach **6:30–10:30**.

Pacjent powinien zgłosić się na badanie:

- po nocnym wypoczynku (ok. 8 godzin),
- na czczo (8–12 godzin bez przyjmowania pokarmów),
- przy zachowaniu dotychczasowej diety,
- po ograniczeniu wysiłku fizycznego w dniu poprzedzającym badanie,
- przed rozpoczęciem leczenia lub po ewentualnym odstawieniu leków mogących wpływać na wynik (wyłącznie po konsultacji z lekarzem).

Dopuszcza się wypicie niewielkiej ilości wody (bez cukru, miodu, słodzików). Zaleca się wypić szklankę wody ok. 30 minut przed pobraniem.

Po przyjeździe do laboratorium należy odpocząć około 15 minut przed pobraniem krwi.

2. Alkohol, leki, suplementy

- Alkohol – nie spożywać przez co najmniej 2–3 dni przed badaniem.
 - Leki – nie odstawiać samodzielnie; ewentualne zmiany wyłącznie po konsultacji z lekarzem.
 - Monitorowanie stężenia leków – krew zwykle pobiera się bezpośrednio przed kolejną dawką. Godzinę pobrania należy skonsultować z lekarzem prowadzącym.
 - Biotyna (>5 mg/dobę) – nie przyjmować co najmniej 8 godzin przed badaniem.
 - Preparaty ziołowe i suplementy mogą wpływać na wynik badań.
-

3. Stres, wysiłek, współżycie

- Unikać forsownego wysiłku fizycznego przed badaniem.
- Współżycie może wpływać m.in. na prolaktynę i hormony płciowe – zaleca się 24-godzinną przerwę.
- W przypadku PSA należy unikać współżycia, jazdy na rowerze oraz badania per rectum przed pobraniem krwi.

Stres zwiększa poziom glukozy i hormonów – zalecany odpoczynek przed badaniem.

4. Badania hormonalne – dzień cyklu

U kobiet miesiączkujących niektóre hormony (np. LH, FSH, estradiol) oznacza się zwykle w 1–3 dniu cyklu. Termin badania należy ustalić z lekarzem.

Miesiączka nie wpływa istotnie na większość badań, jednak może nieznacznie zmieniać parametry morfologii.

5. Badania szczegółowe

Glukoza na czczo

- Badanie wykonać na czczo.
- Powstrzymać się od przyjmowania pokarmów przez 8–14 godzin.

Doustny test obciążenia glukozą (DDTG / OGTT – 75 g)

- 72 godziny przed badaniem należy stosować zwykłą dietę i zachować normalną aktywność fizyczną.
 - Badania nie wykonuje się bezpośrednio po ciężkiej chorobie ani w trakcie hospitalizacji.
 - Niektóre leki (np. tiazydy, kortykosteroidy, estrogeny, fenytoina) mogą wpływać na wynik.
 - Badanie wykonuje się rano (7:00–9:00), na czczo (8–14 godzin, maksymalnie 16 godzin).
 - W trakcie badania nie wolno jeść, pić ani palić papierosów.
 - Nie opuszczać Punktu Pobrań Laboratorium.
-

Test prolaktyny z metoklopramidem

Pacjentka zgłasza się z wykupionym lekiem (Metoclopramid) i skierowaniem z podaną dawką. Krew pobierana jest przed przyjęciem leku oraz po 60 i/lub 120 minutach. W trakcie testu nie należy podejmować wysiłku.

Lipidogram (diagnostyka hiperlipidemii)

- 1–2 tygodnie przed badaniem należy zachować normalną dietę.
 - Utrzymywać stałą masę ciała.
 - 2–3 dni przed badaniem nie spożywać alkoholu.
 - Pobranie wykonać po 14–16 godzinach od ostatniego posiłku.
 - Nie przyjmować leków wpływających na gospodarkę lipidową (po konsultacji z lekarzem).
-

6. Badania hormonalne

Kortyzol

- Pobranie zalecane rano (7:00–10:00) oraz ewentualnie po południu (16:00–20:00).
- Unikać stresu przed badaniem.

Prolaktyna

- Pobranie rano, na czczo, po odpoczynku nocnym.
- Unikać stresu.

Aldosteron

- Pobranie rano (8:00–9:00), na czczo.
- Należy podać pozycję ciała podczas pobrania (stojąca / leżąca).

Androstendion, GH, FSH, LH, Insulina, DHEA

- Zaleca się pobranie w godzinach porannych (ze względu na rytm dobowy).
-

II. BADANIE MOCZU

1. Zasady ogólne

Mocz należy pobrać do plastikowego, jednorazowego, odpowiednio opisanego pojemnika.

Przed pobraniem moczu zaleca się:

- umiarkowaną, zwyczajową dietę,
- normalną ilość płynów,
- unikanie wysiłku fizycznego,
- powstrzymanie się od współżycia w dobie poprzedzającej badanie,
- niewykonywanie badania w okresie od 2 dni przed miesiączką do 2 dni po jej zakończeniu.
- przed pobraniem zachować standardową higienę narządów moczowo-płciowych (mycie wodą, bez środków odkażających).

2. Pobieranie moczu do badań rutynowych

- Po nocnym wypoczynku (min. 4 godziny gromadzenia moczu w pęcherzu).
- Zalecana pierwsza poranna próbka.
- Pobrać ze środkowego strumienia
- Zebrać 50–100 ml moczu do pojemnika.
- Dostarczyć do laboratorium w ciągu 2 godzin (do 4 godzin w temp. 2–8°C).

Próbka przygodna dopuszczalna jest wyłącznie w sytuacjach nagłych.

3. Mocz u dzieci

U noworodków i małych dzieci stosuje się jednorazowe woreczki do zbiórki.
Po uzyskaniu próbki należy ją jak najszybciej dostarczyć do laboratorium.

4. Dobowa zbiórka moczu (DZM)

Przed rozpoczęciem:

- przygotować czysty pojemnik 2–3 litry,
- uzyskać informację, czy wymagany jest stabilizator.

Przebieg zbiórki:

- pierwszą poranną porcję odrzucić,
- zbierać wszystkie kolejne porcje przez 24 godziny,
- przechowywać w lodówce,
- po zakończeniu wymieszać,
- odlać 50–100 ml do pojemnika.

Do próbki dołączyć informację o:

- czasie rozpoczęcia i zakończenia zbiórki,
- całkowitej objętości,
- masie ciała,
- wzroście.

Jeżeli pominięto choć jedną porcję – zbiórkę należy powtórzyć.

5. Klirens kreatyniny

Do badania konieczne jest oznaczenie kreatyniny w moczu i surowicy. Należy dostarczyć:

- dane identyfikujące pacjenta,
- objętość zebranego moczu,
- czas trwania zbiórki,
- próbkę z 12- lub 24-godzinnej zbiórki (zgodnie ze zleceniem lekarza).

6. Pobieranie moczu do badań bakteriologicznych

Mocz należy pobrać rano, a jeśli to niemożliwe – po minimum 4 godzinach od ostatniego oddania moczu.

Materiał powinien być pobrany przed rozpoczęciem antybiotykoterapii. W przypadku trwającego leczenia należy poinformować personel o nazwie leku i czasie jego stosowania.

1. Jak prawidłowo pobrać próbkę moczu?

1. Zaopatrzyć się w jałowy pojemnik (z apteki).
2. Umyć ręce wodą z mydłem.
3. Dokładnie umyć okolice intymne wodą z mydłem i osuszyć.
 - Mężczyźni: po odciągnięciu napletka umyć ujście cewki moczowej.
 - Kobiety: rozchylić wargi sromowe i umyć ujście cewki (myć w kierunku od cewki do odbytu).
4. Pierwszą porcję moczu oddać do toalety.
5. Środkowy strumień pobrać do pojemnika (maks. 1/3 objętości).

6. Natychmiast zamknąć i opisać pojemnik.
7. Dostarczyć do laboratorium jak najszybciej (do 4 godzin w temp. 4–8°C).

Uwaga:

- Mocz do badania ogólnego i na posiew należy dostarczyć w dwóch oddzielnych pojemnikach.
 - Nie wolno przelewać moczu z nocnika.
-

2. Posiew moczu u dzieci

- Preferowane pobranie do jałowego pojemnika jak u dorosłych.
- W wyjątkowych sytuacjach dopuszczalne użycie jałowego woreczka.
- Woreczek odkleić natychmiast po oddaniu moczu.
- **Nie** przelewać moczu z woreczka.
- Dostarczyć próbkę niezwłocznie do laboratorium.

W przypadku wyniku wskazującego na wzrost kilku drobnoustrojów może być konieczne powtórzenie badania.

III. BADANIE KAŁU

1. Badania ogólne i bakteriologiczne

- Pobrać niewielką ilość materiału do jednorazowego pojemnika.
 - Pojemnik powinien być odpowiednio opisany.
 - Pobierać jak najwcześniej od wystąpienia objawów.
 - Przed pobraniem opróżnić pęcherz.
 - Pobrać próbkę wielkości orzecha laskowego z kilku miejsc (szczególnie z domieszką śluzu, krwi lub ropy).
 - Dostarczyć w ciągu 2–3 godzin (do 24 godzin w 2–8°C).
-

2. Badanie na krew utajoną

Co najmniej 2 dni przed badaniem unikać spożywania:
buraków, rzepy, grzybów, bananów, winogron, melonów, jabłek, pomarańczy, czerwonej papryki, czerwonego mięsa, brokułów, kalafiora, fasoli.

Nie pobierać próbek:

- w czasie menstruacji,
- przy krwawiących hemoroidach,
- przy obecności krwi w moczu.

Na 4 godziny przed badaniem nie przyjmować alkoholu, aspiryny ani innych leków mogących podrażniać przewód pokarmowy.

Nie stosować suplementów zawierających żelazo lub witaminę C.

3. Wymaz w kierunku owsików

- Wymaz wykonać rano, po nocnym wypoczynku, przed myciem i oddaniem stolca.
 - Taśmę przykleić do okolicy odbytu, następnie ponownie do szkiełka.
 - Materiał dostarczyć w kopercie.
 - W przypadku wyniku ujemnego – powtórzyć 3 razy w odstępach 3–5 dni.
-

W przypadku wątpliwości dotyczących przygotowania do badania prosimy o kontakt z Punktem Pobrań Laboratorium Centralnego Szpitala Miejskiego w Morągu Sp.zo.o.