

Jak przygotować się do badań laboratoryjnych?

Właściwe przygotowanie się do badania jest warunkiem uzyskania dobrej jakości wyników.

KREW

Standardowe warunki pobierania krwi do badań rutynowych (okresowych i kontrolnych):

1. Pobieranie materiału odbywa się w godzinach porannych, między godz. 7 a 9 rano.
2. Pacjent przed pobraniem krwi powinien być na czczo tzn. ostatni posiłek winien spożyć 12 godzin przed pobraniem.
3. Pacjent powinien być po przespanej nocy.
4. Przed pobraniem krwi pacjent powinien unikać wysiłku fizycznego i stresu - wskazany 15 minutowy odpoczynek.
5. W miarę możliwości pacjent powinien ograniczyć przyjmowanie leków, w tym również witaminy C (zażywanie leków w danym dniu musi być ustalone z lekarzem i ściśle związane z celem danego badania).
6. Nie zaleca się wykonywania badań w okresie głodzenia lub obfitych posiłków (w celu wyeliminowania wpływu żywienia na wiele badanych składników) oraz w okresie miesiączki u kobiet.
7. Nie należy oznaczać parametrów, którymi aktualnie leczy się pacjenta np. żelaza.
8. Zaleca się nie wykonywanie testów tolerancji glukozy czy badania gospodarki lipidowej w dniach następujących bezpośrednio po dniach wolnych, niedzielach czy świątach.
9. Próby obciążeniowe: test tolerancji glukozy wiąże się z koniecznością stosowania przez 3 dni diety normalnowęglowodanowej. Pacjent powinien o 7.00 zgłosić się na badanie.
10. Dla prawidłowej oceny badan lipidowych (cholesterol, HDL-cholesterol, LDL-cholesterol, trójglicerydy) konieczne jest zapewnienie jednakowych warunków pobierania i przestrzeganie następujących zasad :
 - o krew należy pobierać zawsze o tym samym czasie(w godzinach rannych) na czczo, 14-16 godzin po ostatnim posiłku,
 - o przez 2 tygodnie przed badaniem pacjent powinien utrzymywać stałą dietę, zachowując w miarę jednakowy poziom spożywanych tłuszczów,
 - o pacjent nie powinien zażywać leków zmniejszających stężenie cholesterolu przed pobraniem krwi do badania HDL-cholesterolu i trójglicerydów.
11. Próbkę do oznaczeń poziomu leków są pobierane przed zażyciem dawki porannej.
12. W przypadku niektórych badań, np. aldosteron istotna jest pozycja ciała i pora dnia.

UWAGA! W przypadku niemowląt i małych dzieci dopuszczalne jest podanie lekkiego śniadania, bo nie wpływa ono istotnie na większość rutynowych badan, z wyjątkiem poziomu glukozy.

MOCZ

Do badań rutynowych oddajemy mocz poranny. W jednorazowy pojemnik do badania moczu należy zaopatrzyć się w aptece.

Mocz badanie ogólne: 50-100 ml (minimum 10 ml) moczu porannego ze środkowego strumienia moczu, oddanego bezpośrednio po spoczynku nocnym trwającym nie mniej niż 8 godzin (w tym przynajmniej 4-godz. gromadzeniu moczu w pęcherzu) należy dostarczyć do laboratorium nie później niż do 2 godzin. Oddanie moczu musi być poprzedzone dokładnym umyciem narządów płciowych sąsiadujących z ujściem cewki moczowej (należy unikać środków odkażających).

Nie należy pobierać moczu przy krwawieniu miesięcznym u kobiet.

Zaleca się powstrzymywanie przynajmniej jeden dzień od stosunków płciowych.

Mocz u małych dzieci pobieramy za pomocą specjalnych woreczków, dostępnych w aptece

Pojemnik z próbką moczu, opisany imieniem i nazwiskiem należy w jak najkrótszym czasie po oddaniu dostarczyć do laboratorium.

W przypadku badań w moczu dobowym pacjent winien prowadzić zbiórkę dobową moczu zgodnie z wytycznymi uzyskanymi w laboratorium.

Mocz do badań mikrobiologicznych (tzw. posiew moczu)

WAŻNE!!! Próbka moczu powinna pochodzić ze środkowego strumienia podczas oddawania moczu ponieważ pierwszy strumień wypłukuje bakterie bytujące w dolnym odcinku cewki moczowej. Zaleca się pobranie moczu porannego (pierwszy mocz po nocy), gdyż wówczas liczba drobnoustrojów jest największa.

Mocz należy pobrać przestrzegając poniższych zasad:

1. zaopatrzyć się w jałowy pojemnik do transportu moczu na badania mikrobiologiczne (z kwasem bornym stabilizującym florę bakteryjną) – pojemnik dostępny u pielęgniarki POZ lub w laboratorium)
2. dokładnie umyć ręce wodą i mydłem, osuszyć najlepiej jednorazowym ręcznikiem
3. nie dotykać wewnętrznych ścianek pojemnika i przykrywki
4. przykrywkę odłożyć wewnętrzną stroną do góry, a pojemnik chwytać za zewnętrzne ścianki
5. kobiety: rozchylić wargi sromowe i dokładnie umyć okolice krocza, w kierunku od przodu do tyłu (nie powinno się używać środków do dezynfekcji) oddać niewielką ilość moczu do toalety, a następnie nie przerywając strumienia oddać mocz do sterylnego pojemnika mężczyźni: zsunąć napletek i umyć okolice cewki moczowej nie powinno się używać środków do dezynfekcji) oddać niewielką ilość moczu do toalety, a następnie nie przerywając strumienia oddać mocz do sterylnego pojemnika
6. po napełnieniu pojemnika (najlepiej do znaczka, tj. ok. 20 ml) należy go natychmiast zamknąć, mocz dokładnie wymieszać z kwasem bornym do całkowitego rozpuszczenia proszku

Tak pobrany mocz jak najszybciej dostarczyć do laboratorium w temperaturze pokojowej.

W przypadku niemowląt, gdy niemożliwe jest pobranie moczu do pojemnika z kwasem bornym należy stosować sterylne woreczki do pobrania moczu (dostępne w aptece). Mocz taki jak najszybciej dostarczyć do laboratorium przechowując w lodówce.

KAŁ

Pobieramy małą ilość kału do specjalnego pojemniczka (można nabyć w aptece). Służy do tego umieszczona w nim łopatka. Ważne, aby pobrany materiał pochodził z różnych miejsc tej samej porcji kału. Jest to bardzo istotne w przypadku wszystkich badań wykonywanych na obecność pasożytów, krwi utajonej, resztek pokarmu, badań mikrobiologicznych i mykologicznych.

UWAGA! Do badan mikrobiologicznych i mykologicznych należy użyć pojemników jałowych i dostarczyć materiał w jak najkrótszym czasie do laboratorium .

WYMAZ Z GARDŁA I JAMY USTNEJ

Warunki, jakie należy spełnić przed badaniem bakteriologicznym jamy ustnej:

- na czczo (nie jeść, nie pić)
- nie myć zębów
- nie płukać jamy ustnej
- nie palić papierosów