

Przygotowanie do **badania** **laboratoryjnych**



Badania **krwi**

- Pobranie wykonaj w godzinach porannych, **najlepiej między godziną 7:00-8:00**, maksymalnie do 10:00
- **Bądź na czczo** – ostatni lekki posiłek spożyj 12 - 14 godzin przed badaniem.
- Rano przed badaniem możesz wypić małą **szklankę wody niskozmineralizowanej**.
- Bądź wyspany – na badanie przyjdź po całonocnym wypoczynku.
- Unikaj wysiłku fizycznego przez ok. 24 godzin przed pobraniem krwi (chyba, że jesteś sportowcem).
- Chwilę przed badaniem wypocznij – ok. 15 min w pozycji siedzącej bezpośrednio przed pobraniem.
- Jeżeli zażywasz na stałe leki, skonsultuj się z lekarzem, czy nie będą one wpływać na wyniki badań i czy istnieje możliwość ich zażycia po badaniu.
- Zachowaj dotychczasową dietę – nie wykonuj badania w okresie głodzenia/obfitych posiłków.
- Ogranicz spożywanie używek (np. kawa, alkohol, papierosy) 2-3 dni przed badaniem.
- Nie wykonuj badania w okresie miesiączki, 2 dni przed i po menstruacji.
- W przypadku niemowląt i małych dzieci, przed pobraniem krwi dopuszczalne jest podanie lekkiego posiłku.
- Wyjątek stanowi oznaczenie stężenia glukozy.
- Przyjmowane suplementy oraz probiotyki odstawić na 4-7 dni przed badaniem.
- Po zakończonej antybiotykoterapii lub infekcji (bez antybiotyku) odczekać minimum dwa tygodnie przed wykonaniem badań.

Test obciążenia **glukozą**

- Na badanie należy zgłosić się na czczo. Warunek ten może być pominięty w przypadku kobiet w ciąży.
- Badanie trwa od 1-2 godzin i wymaga spędzenia tego czasu w poczekalni Punktu Pobrań. Wykluczone jest opuszczanie Punktu Pobrań w celu np. zakupów, spaceru itp., ponieważ związany z tym wysiłek (praca mięśni) wpływa na zafałszowanie wyniku badań.
- W trakcie trwania testu nie wolno spożywać posiłków, przyjmować płynów ani palić papierosów.
- Test polega na dwu lub trzykrotnym pobraniu krwi i oznaczeniu w próbkach poziomu glukozy.
- Pierwsze pobranie wykonywane jest na czczo, następnie pacjent dostaje do wypicia wodny roztwór 75 g glukozy (minimum 200 ml).
- Po 1 i/lub 2 godzinach, w zależności od zlecenia, pobierane są kolejne próbki krwi. Zalecenie nie dotyczy wykonania OGTT u dzieci, u których dopasowanie dawki glukozy jest wskazywane przez lekarza w odniesieniu do wieku i wagi dziecka.

Badania ogólne **moczu**

- Stosowanie umiarkowanej, zwyczajnej diety oraz przyjmowanie fizjologicznej ilości płynów.
- Unikanie nadmiernego wysiłku fizycznego, które może spowodować pojawienia się w moczu lub zwiększenie stężenia białka i ciał ketonowych.
- Powstrzymanie od stosunków płciowych w dobie poprzedzającej badanie.
- Dokładne umycie okolicy cewki moczowej ciepłą wodą bez środków myjących i dezynfekujących.
- Unikanie badania w okresie 2 dni poprzedzających menstruację, w trakcie i do 2 dni po jej zakończeniu.
- Mocz do analizy pobiera się do czystego pojemnika jednorazowego najlepiej jałowego,
- bezpośrednio po spożyciu nocnym. **Pierwszy poranny mocz ze środkowego strumienia.**

Próbkę moczu należy dostarczyć jak najszybciej do laboratorium. Do 2 godzin gdy próbka przechowywana jest w temperaturze pokojowej, do 4 godzin gdy przechowywana jest w temperaturze 2-8 °C .

Badania **kału**

- Przed pobraniem próbki kału należy całkowicie opróżnić pęcherz moczowy.
- Przygotować jałowy, plastikowy pojemnik z nakrętką i łopatką (do nabycia w aptece).
- Oddać kał do jednorazowego pojemnika.
- Za pomocą łopatki z jałowego pojemnika transportowego, pobrać próbkę z 5 różnych miejsc i umieścić ją w pojemniku. Pojemnik szczelnie zamknąć, zabezpieczyć przed uszkodzeniem i zawiązać w woreczku foliowym.
- Bez względu na wielkość próbki należy pamiętać, aby do badania kał był pobierany z kilku miejsc, szczególnie zawierających materiał patologiczny (śluz, krew, ropę itp.).

Próbkę kału należy dostarczyć do laboratorium w ciągu 2-3 godzin. Gdy jest to niemożliwe, materiał przechowywać w temperaturze 2-8 °C i dostarczyć w czasie nie dłuższym niż 24 godziny od pobrania. Do 2 godzin gdy próbka przechowywana jest w temperaturze pokojowej, do 4 godzin gdy przechowywana jest w temperaturze.

Czynniki mogące wpłynąć na **zafałszowanie wyników**:

Gdy nie stosujesz się do wyżej wymienionych wskazówek, które podpowiadają, jak przygotować się do badania laboratoryjnego – DZIAŁASZ NA SWOJĄ NIEKORZYŚĆ.

Dieta

Bogatotłuszczowa może zwiększyć stężenie trójglicerydów (TG) w krwi. Dieta bogatobiałkowa może wpłynąć na zwiększenie stężenia amoniaku, mocznika, kwasu moczowego i białka całkowitego w surowicy, ubogobiałkowa odwrotnie.

Wysiłek fizyczny

Powstrzymaj się od intensywnego wysiłku na 48 godzin przed badaniem. Znaczna aktywność obniża poziom glukozy, cholesterolu oraz trójglicerydów, a podwyższa aktywność kinazy kreatyninowej, stężenie kwasu moczowego, hormonów oraz ilości białek.

Alkohol

Spożycie w krótszym czasie niż 48 godzin przed badaniem wpływa między innymi na poziom GTTP (hormon stosowany w diagnostyce zastoju żółci, nowotworów wątroby). Ponadto powoduje przejściowy wzrost objętości erytrocytów.

Leki i używki

Jeśli jest to możliwe leki (także witamina C) powinny być przyjmowane po pobraniu materiału. Diagnostyki nie wykona się również jeśli przyjmujesz np. preparaty żelaza (wynik nieadekwatny), Kofeina zawarta w kawie przed badaniem podwyższa stężenie kwasów tłuszczowych, glukozy oraz hormonów.