KAKO SE PRIPREMITI ZA LABORATORIJSKU PRETRAGU

UZORKOVANJE KRVI

Uzorkovanje venske krvi

Za uzimanje krvi rabe se jednokratne sterilne igle i namjenske jednokratne sterilne epruvete s podtlakom. Bolesnik je pri tom u sjedećem položaju, oslobađa jednu ruku, stisne šaku, a djelatnik mu stavi podvezu na nadlakticu.

Nakon završenog uzimanja krvi iznimno je važno da bolesnik drži ruku ispruženu 5 minuta i drugom rukom pritisne jastučić vate na mjesto uboda kako bi se zaustavilo krvarenje i spriječilo moguće nastajanje hematoma.

Uzorkovanje kapilarne krvi

Krv se uzima iz prstenjaka lijeve ruke (ljevacima iz desne), a djeci iz srednjeg prsta. Prethodno dobro zagrijati ruke zbog bolje prokrvljenosti. Snažnim i kratkim ubodom lancete ili lancetara na prethodno dezinficiranu površinu potekne prva kap krvi koja se obriše, a zatim se skupljaju nadolazeće kapi.

UPUTE

Kako laboratorijski nalazi imaju značajnu ulogu u sklopu informacija na kojima se temelje mnoge liječničke odluke, unaprjeđenje kvalitete laboratorijskog rada je jedan od glavnih strateških ciljeva.

Unaprjeđenje kvalitete u predanalitičkoj fazi laboratorijskog rada podrazumijeva između ostalog i pripremu pacijenta za uzorkovanje u skladu s pretragama koje se traže.

Budući da pacijent treba biti ispravno pripremljen za uzimanje uzorka važno mu je upute za pripremu dati još u liječničkoj ordinaciji. (informiranje putem službene stranice Doma zdravlja Mostar)

OPĆE UPUTE ZA PRIPREMU BOLESNIKA PRIJE UZIMANJA KRVI

- Za redovite pretrage krv se uzima ujutro između 7:30 i 9:30 sati dok ste odmorni i natašte, a svakako prije drugih dijagnostičkih i terapijskih postupaka. Na rezultate pretraga također može utjecati i produljeno gladovanje, tj. ako na uzorkovanje krvi dolazite nakon 10 sati, a još uvijek ste natašte.
- 12 sati prije uzimanja uzorka nije dopušteno uzimati hranu i pića (piti kavu, čaj, sokove…). Dozvoljeno je piti samo običnu vodu.
- 24 sata prije uzimanja uzorka potrebno je izbjegavati intenzivnu tjelesnu aktivnost i konzumaciju alkohola. Potrebno je suzdržati se od pušenja.
- Uzmite svoje uobičajene lijekove u propisano vrijeme, osim ako Vam liječnik nije drugačije savjetovao.
- Nemojte uzimati nepropisane lijekove, biljne lijekove i suplemente ili dodatke prehrani bez prethodnog savjetovanja s liječnikom jer takvi preparati mogu utjecati na rezultate laboratorijskih pretraga.
- Prilikom uzimanja krvi potrebno je laboratorijskom osoblju navesti sve lijekove, biljne pripravke ili druge ljekovite proizvode te vitamine i minerale koje ste uzeli prije uzorkovanja krvi.

POSEBNE UPUTE ZA PRIPREMU BOLESNIKA PRIJE UZIMANJA KRVI

PRIPREMA ZA BIOKEMIJSKE PRETRAGE

Određivanje lipida u krvi

- Dva tjedna prije uzimanja uzorka krvi:
  - uobičajeno se hraniti
  - izbjegavati promjene u tjelesnoj težini

- 48 sati prije uzimanja uzorka krvi:
  - ne umarati se i izbjegavati intenzivnu tjelesnu aktivnost
  - ne uzimati alkohol

- 24 sata prije uzimanja uzorka krvi:
  - uzimati uobičajene obroke hrane, ali ne premasne

- 12 sati prije uzimanja uzorka krvi:
  - ne konzumirati hranu, alkohol, kavu, čaj, sokove niti pušiti
  - dozvoljeno je uzimati običnu vodu

Određivanje kolesterola ne bi se trebalo provoditi prije nego što prođe 8 tjedana od:

- akutnog infarkta miokarda
- kirurške operacije
- traume
- sekundarne bolesti s promjenama u metabolizmu lipida
- akutne bakterijske ili virusne infekcije

- Napomena:

  U dogovoru s liječnikom, 48 sati prije uzorkovanja ne uzimati lijekove koji utječu na koncentraciju lipida (antihipertenzivi, estrogeni, progestini, tiroidni hormoni).

Određivanje željeza u krvi

- Uzorak krvi od pacijenta uzima se u standardizirano vrijeme (između 7 i 10 sati), jer koncentracija željeza ima značajnu dnevnu varijaciju (i do 70%).
- 24-48 sati prije uzimanja uzorka krvi ne piti sokove obogaćene vitaminima ni pića uz dodatak roboransa , tvari koje povećavaju tonus organizma.
- Bolesnicima koji su na terapiji preparatima željeza i/ili multivitaminskim preparatima obogaćenim željezom kontrola željeza u serumu izvodi se najmanje:
    - tjedan do 10 dana nakon peroralnog (na usta) uzimanja preparata željeza
    - tri tjedna nakon davanja intravenoznih preparata željeza
    - mjesec dana nakon intramuskularnog davanja željeza
- Napomena:
    - Koncentracije željeza u serumu mogu biti povećane kod primjene acetilsalicilne kiseline, kloramfenikola, oralnih kontraceptiva, multivitamina (npr. cedevita) i kemoterapijskih agenasa, posebno cisplatina i metotreksata.
    - **Određivanje željeza treba odgoditi za vrijeme akutne infekcije**

Određivanje oralnog testa opterećenja glukozom (oGTT) u trudnoći

- Test traje dva sata tijekom kojih se tri puta vadi krv. Vaša suradnja je iznimno važna za točnost nalaza. Molimo Vas da se pridržavate navedenih uputa. Za izvođenje testa pacijenti se primaju isključivo do 8:00 sati.

- Priprema prije oGTT-a:

  - 3 dana prije izvođenja testa konzumirati svoje uobičajene obroke, bez promjena u unosu količine i vrste hrane i pića.
  - 24 sata prije izvođenja testa zabranjena je jača fizička aktivnost (plivanje, teretana, vožnja bicikla).
  - Večer prije izvođenja testa, od 23 sata nadalje, zabranjen je unos hrane i pića. U navedenom periodu smijete piti samo običnu vodu.
  - Ujutro, na dan izvođenja testa, zabranjena je konzumacija hrane i pića (osim obične vode), te pušenje.

- Izvođenje testa:

  - Javiti se u laboratorij natašte, u jutarnjem terminu isključivo do 8:00 sati.
  - Prvi uzorak krvi uzima se natašte. Polako, u malim gutljajima, potrebno je popiti čašu glukoze otopljene u vodi.
  - Točno 60 i 120 minuta nakon što ste popili glukozu, javiti se u laboratorij na drugo i treće uzimanje krvi.
  - Tijekom izvođenja testa zabranjena je fizička aktivnost, konzumacija hrane, pića i pušenje. Mirno sjediti u čekaonici i paziti na točno vrijeme javljanja u laboratorij.
  - Nakon trećeg uzimanja krvi (120. minuta) dozvoljena je i preporučljiva konzumacija hrane i pića.

Određivanje testa oralne podnošljivosti glukoze (oGTT)

- Test traje dva sata, tijekom kojih se dva puta uzima krv. Vaša suradnja je iznimno važna za točnost nalaza. Molimo Vas da se pridržavate navedenih uputa. Za izvođenje testa pacijenti se primaju isključivo do 8:00 sati.

- Priprema prije oGTT-a:

  - Tri dana prije izvođenja testa uzimati uobičajene obroke bogate ugljikohidratima. Dnevno je poželjno pojesti >150 g ugljikohidrata poput kruha, riže, tjestenine ili krumpira. Nemojte ograničavati tjelesne aktivnosti.
  - Večer prije izvođenja testa, od 20h nadalje, nemojte konzumirati hranu i piće osim obične vode.
  - Na dan izvođenja testa ne smijete jesti, piti i pušiti. Smijete piti samo običnu vodu.

- Test oralne podnošljivosti provodi se na sljedeći način:

  - Pacijentu se prvo uzme uzorak krvi natašte (0 minuta), a nakon uzorkovanja krvi mora popiti čašu glukoze otopljene u vodi.
  - Drugi uzorak krvi uzima se točno 2 sata nakon opterećenja.
  - Tijekom izvođenja testa zabranjena je fizička aktivnost, konzumacija hrane, pića i pušenje. Mirno sjedite u čekaonici i pazite na točno vrijeme javljanja u laboratorij.
  - Nakon drugog uzimanja krvi (120. minuta) dozvoljena je i preporučljiva konzumacija hrane i pića.

Određivanje postprandijalne (nakon jela) koncentracije glukoze

- Za određivanje postprandijalne koncentracije glukoze pacijenti se primaju isključivo do 8:00 sati i moraju ponijeti sa sobom uobičajenu terapiju.

- Nakon uzimanja venske krvi natašte bolesnik mora odmah pojesti svoj uobičajeni doručak i uzeti propisanu terapiju, kao što inače običava.

- Točno 2h nakon doručka slijedi uzimanje krvi za mjerenje glukoze koja se naziva postprandijalnom glukozom.

PRIPREMA ZA PRETRAGE ZGRUŠAVANJA KRVI

Određivanje PV-INR-a u praćenju oralne antikoagulantne terapije

- Na dan izvođenja pretrage ne uzimati oralnu antikoagulantnu terapiju prije uzimanja krvi! Terapija se uzima nakon uzimanja krvi.
- Tri do pet dana prije izvođenja pretrage bolesnik ne smije uzimati veće količine namirnica bogatih vitaminom K (rajčica, banana, zeleno lisnato povrće: brokula, špinat, zelena salata, blitva, kelj, šparoge).

PRIPREMA ZA PRETRAGE U MOKRAĆI

Uzimanje jednokratne porcije mokraće za kvalitativnu analizu

- Uzorak izbora je srednji mlaz prve jutarnje mokraće nakon noćnog sna, toalete vanjskog spolovila, prije doručka i drugih aktivnosti, pri čemu vrijeme od posljednjeg pražnjenja mjehura treba biti najmanje 4, a najviše 8 sati.
- Analizu nije preporučeno raditi kod žena neposredno prije, za vrijeme i neposredno nakon menstruacije, kao ni kod žena koje imaju vidljiv vaginalni iscjedak.
- Uzorak mokraće treba skupljati u čistu posudu sa širokim grlom za jednokratnu upotrebu koja se može dobro zatvoriti.
- Pri prijenosu uzorka do mjesta obrade posuda mora ostati zatvorena.
- Uzorak mokraće treba dostaviti unutar 2 sata od uzimanja uzorka da bi se pregled uzorka mokraće mogao učiniti unutar 2 sata (najkasnije 4 sata) po uzimanju uzorka

Upute za sakupljanje 24-satne mokraće

Ispravno sakupljen uzorak 24-satne mokraće preduvjet je za dobivanje točnog rezultata na temelju kojeg Vaš liječnik donosi medicinske odluke!

- 24-satnu mokraću potrebno je sakupiti u suhe i čiste spremnike (boce). Ne prepuniti spremnik. Ukoliko se premaši zapremina spremnika, mokraću nastavite sakupljati u slijedeći spremnik, a ukoliko se određena količina prolije, tada trebate iznova početi s prikupljanjem 24-satne mokraće.

- Postupak prikupljanja:

  Prvi dan:
  - Pomokriti se ujutro nakon ustajanja, zabilježiti točno vrijeme, a taj uzorak mokraće BACITI.
  - Nakon toga cjelokupnu količinu mokraće koju izmokrite tijekom dana i noći, sakupiti u čistu posudu (spremnik).

  Drugi dan:
  - Pomokriti se ujutro nakon ustajanja u isto vrijeme koje ste zabilježili prethodni dan, a taj uzorak mokraće pridodati sakupljenoj mokraći od prethodnog dana.
  - Spremnik dobro začepiti, obilježiti imenom i prezimenom te datumom rođenja.
  - Cjelokupnu mokraću što prije donijeti u laboratorij svakog radnog dana od 7:30 do 9:30.

  Iznimno je važno donijeti svu količinu mokraće izmokrene tijekom 24 sata!

- Napomene:

  - Tijekom sakupljanja, potrebno je zadržati uobičajeni unos tekućine te izbjegavati konzumaciju alkohola i kofeina.

  - Kod žena, mokraća se ne sakuplja neposredno prije, za vrijeme i neposredno nakon menstrualnog krvarenja.

  - Kada se traži određivanje klirensa kreatinina, obavezno trebate svom obiteljskom liječniku i/ili laboratorijskom osoblju dati podatke o visini i tjelesnoj masi.

PRIPREMA ZA PRETRAGE U STOLICI

Određivanje testa na okultno krvarenje u stolici (iFOBT)

- Prije testa nije potreban poseban način prehrane jer ne podliježe interferencijama

- 7 dana prije, a najranije 48h prije i za vrijeme izvođenja testa ne uzimati alkohol i lijekove koji mogu dovesti do krvarenja u probavnom sustavu i pojave krvi u stolici (aspirin, kortikosteroidi, indometacin, fenilbutazon, rezerpin i drugi nesteroidni protuupalni lijekovi)

- Test se ne smije provoditi kod:
  - proljeva, menstruacije, krvarenja iz hemoroida i prisutnosti krvi u mokraći (hematurije)

- Priprema za izvođenje testa (iFOBT):

  - Test se izvodi po uputama proizvođača testa.
  - Preporučuje se analizirati tri stolice kroz tri uzastopna dana i to po dva uzorka s različitih mjesta iz svake stolice
  - Uzorke veličine lješnjaka treba sakupiti u jednokratne spremnike za stolicu i dostaviti u laboratorij.
  - Na spremnike obavezno upisati svoje ime, prezime i datum uzorkovanja stolice.
  - Do dostave u laboratorij uzorke treba držati u hladnjaku na temperaturi 2-8°C, a potrebno ih je dostaviti u najkraćem mogućem roku nakon uzimanja zadnjeg uzorka (treći dan).
  - Dostavite u laboratorij sva tri uzorka zajedno u vremenu od 7:30 do 9:30.