



INSTRUKCJA DLA PACJENTA

PRZYGOTOWANIE DO POBRANIA KRWI

Godzina pobrania

- Na pobranie krwi należy zgłosić się rano, najlepiej między godziną **7:00 a 10:00**.
- W przypadku badań pilnych i/lub na zlecenie lekarza dopuszcza się możliwość pobrania krwi w innych porach dnia.

Dieta

- Zalecane jest pobieranie krwi na czczo (tzn. nie przyjmowanie posiłków przez około 12 godzin).
- Ostatni posiłek powinien być spożyty w dniu poprzedzającym badanie około godziny **18:00**.
- W dniu poprzedzającym badanie należy unikać nagłej zmiany diety tj. głodówki czy obfitych i tłustych posiłków.
- Dozwolone jest wypicie niewielkiej ilości niegazowanej wody przed pobraniem krwi.

Według ogólnie obowiązujących zasad należy:

- **Pobierać rano (z uwagi na rytm dobowy):** żelazo, fosfor, potas, cynk, miedź, kortyzol, aldosteron, prolaktyna (ale nie wcześniej niż 2-3 godz. po przebudzeniu), FSH, LH, estradiol, TSH, hormon wzrostu, PTH, Testosteron, 17-OH-progesteron, DHEA.
- **Pobierać na czczo takie badania jak:** glukoza, test obciążenia glukozą, insulina, peptyd C, parametry gospodarki lipidowej (TG, HDL), żelazo, fosfor, kwas foliowy, z uwagi na zmiany wyników badań po spożyciu posiłku.
- **Pobierać rano, na czczo:** parametry koagulologiczne (PT, APTT, fibrynogen), magnez, wapń, mocznik, kreatynina, kw. moczowy, prolaktyna, białko całkowite, bilirubina, AST, ALT, ALP, LDH, morfologia krwi obwodowej, OB.

Leki, suplementy, zioła

- Witaminy, zioła i suplementy powinny być odstawione na 3-5 dni przed badaniem.
- Przy monitorowaniu leku krew pobierana jest przed kolejną dawką lub w szczycie wchłaniania (maksymalne stężenie).
- W przypadku przyjmowania leków, suplementów diety, pacjent powinien skonsultować z lekarzem czas ich zażycia przed pobraniem krwi.
- Należy poinformować personel pobierający o przyjmowanych lekach, suplementach.

Wysiłek fizyczny i stres

- W tygodniu poprzedzającym pobranie krwi zalecane jest utrzymywanie normalnego poziomu aktywności fizycznej.
- Badania powinny być wykonywane po standardowej aktywności w ciągu dnia i przespanej nocy.
- Bezpośrednio przed pobraniem krwi zalecany jest odpoczynek w pozycji siedzącej (ok. 15 min.) oraz unikanie stresu.

Cykl miesięczny

- Na wyniki niektórych badań ma wpływ dzień cyklu miesięcznego, szczególnie podatne są na to hormony płciowe np. LH i FSH.

W szczególnych przypadkach pobranie krwi jest możliwe z pominięciem powyższych zaleceń.

PRZYGOTOWANIE DO TESTU OBCIĄŻENIA GLUKOZĄ

- Pacjent przed pobraniem krwi do testu obciążenia glukozą powinien być na czczo.
- Test OGTT wykonywany jest krwi żyłnej. Po pierwszym pobraniu krwi, pacjent wypija 75 gramów glukozy rozpuszczonej w około 250-300 ml wody, po czym pozostaje w pozycji siedzącej przez 2 godziny.
- Po upływie 120 minut krew pobierana jest po raz drugi. Uwaga – niekiedy wykonuje się też test 3-punktowy, wówczas materiał do analizy pobierany jest także po 60 minutach.
- Test obciążenia glukozą wymaga przygotowania, zaleca się:
 - ✓ nie zmieniać codziennych, rutynowych nawyków żywieniowych przynajmniej przez 72 godziny przed badaniem, dotyczy to przede wszystkim spożycia węglowodanów,
 - ✓ nie pić alkoholu i nie palić papierosów przez 3 dni przed badaniem,
 - ✓ zminimalizować wysiłek fizyczny na 24 godziny przed wizytą w laboratorium,
 - ✓ zgłosić się na badanie rano, po dobrze przespanej nocy, 8-14 godzin po spożyciu ostatniego posiłku,

PRZYGOTOWANIE DO POBRANIA MOCZU

- Przed planowanym badaniem moczu zalecane jest stosowanie umiarkowanej diety oraz przyjmowanie normalnej ilości płynów.
- Należy unikać znacznego wysiłku fizycznego, który może spowodować pojawienie się w moczu lub zwiększenie stężenia białka i ciał ketonowych.
- Przynajmniej dzień przed planowanym oddaniem moczu do badania zalecane jest powstrzymanie się od stosunków płciowych.
- W okresie około menstruacyjnym a także w czasie menstruacji nie powinno być wykonywane badanie mikroskopowe osadu moczu i należy rozważyć możliwość odstąpienia od badania.

Pobieranie jednorazowej, porannej próbki moczu na badanie ogólne

- Próbka moczu powinna być pobrana do jednorazowego pojemnika (dostępny w aptece) opisanego imieniem, nazwiskiem i datą urodzenia.
- W przypadku kiedy pacjent nie jest w stanie oddać moczu do naczynia (np. pacjent obłożnie chory), materiał należy pobrać do specjalnego plastikowego woreczka założonego w sposób obejmujący ujście zewnętrzne cewki moczowej. Następnie woreczek zamknąć w plastikowym pojemniku na moczu, nie przelewać.
- Najlepiej pobrać pierwszy poranny moczu, po nocnym spoczynku.
- Przed pobraniem próbki należy umyć ręce i ujście cewki moczowej wodą z mydłem, osuszyć ręcznikiem papierowym.
- Mocz ze środkowego strumienia należy oddać do pojemnika starając się nie dotykać ścianek wewnętrznych
- Próbka moczu powinna być dostarczona do laboratorium jak najszybciej (do 2 godzin).
- W przypadku braku możliwości transportu pojemnika natychmiast, należy umieścić go w lodówce (nie zamrażać) i dostarczyć w ciągu 4 godzin.

Pobieranie przygodnej próbki moczu na badanie ogólne

- Przygodna próbka moczu pobierana jest bez wcześniejszego przygotowania, o dowolnej porze dnia. Wykonanie badania ogólnego w takiej próbce zalecane jest jedynie w sytuacjach nagłych, ze względu na wpływ aktywności fizycznej oraz nadmiernej podaży płynów na wynik badania.
- Zalecane jest pobieranie materiału do jednorazowego pojemnika opisanego imieniem, nazwiskiem i datą urodzenia.

Uwaga!

Należy pamiętać, że jeśli to możliwe badanie moczu powinno być wykonywane w porannej próbce.

Pobieranie próbki moczu u noworodków i dzieci

- Mocz pobierany jest do specjalnego woreczka na mocz (zakupionego w aptece), opisanego imieniem i nazwiskiem.
- Przed pobraniem próbki należy umyć ręce i ujście cewki moczowej wodą z mydłem, osuszyć ręcznikiem papierowym, następnie przykleić woreczek do skóry.
- Po uzyskaniu odpowiedniej ilości moczu woreczek należy odkleić i jak najszybciej dostarczyć do laboratorium.
- W przypadku braku możliwości dostarczenia pojemnika natychmiast, materiał trzeba umieścić w lodówce (nie zamrażać) i dostarczyć w ciągu 4 godzin.

Pobieranie dobowej zbiórki moczu

- Należy zaopatrzyć się w specjalny pojemnik do moczu z podziałką.
- W laboratorium można uzyskać informację o ewentualnej konieczności dodania do pojemnika na mocz odpowiedniego stabilizatora.
- Rozpoczynanie dobowej zbiórki rano - pierwszy poranny mocz należy oddać do toalety, każdą kolejną porcję należy dodawać do pojemnika (który powinien być przechowywany w lodówce).
- Trzeba zanotować godzinę rozpoczęcia zbiórki moczu.
- Zbiórka prowadzona jest 24 godzin (12 godzin w przypadku klirensu kreatyniny). Ostatnia porcja oddana do pojemnika to poranny mocz z dnia następnego.
- Po zakończeniu zbiórki zawartość pojemnika trzeba dokładnie wymieszać, zmierzyć objętość moczu, a następnie odlać próbkę około 50-100 ml do jednorazowego pojemnika i dostarczyć do laboratorium z informacją o całkowitej objętości zebranego moczu.

Uwaga!

Jeśli w okresie 24 godzin pominięto w zbiórce nawet pojedynczą porcję moczu, zbiórkę należy przeprowadzić ponownie w innym dniu.

Pobieranie moczu do badań mikrobiologicznych

- Mocz do badania mikrobiologicznego powinien być pobierany rano, a jeśli to niemożliwe, po 4 godzinach od ostatniej mikcji.
- W uzasadnionych przypadkach dopuszczalne jest pobieranie moczu niezależnie od pory dnia, informację taką należy przekazać pracownikowi laboratorium.
- Materiał należy pobierać przed włączeniem antybiotykoterapii. W przypadku przebiegającej terapii lekami o działaniu przeciwdrobnoustrojowym należy przekazać informacje o rodzaju leku i okresie przyjmowania.
- Należy zaopatrzyć się w jednorazowy, jałowy pojemnik (dostępny w aptekach).
- Przed pobraniem próbki należy umyć ręce, ujście cewki moczowej i okolice krocza wodą z mydłem, osuszyć ręcznikiem papierowym. Należy zachować kierunek mycia i osuszania: od ujścia cewki w kierunku odbytu.
Mężczyźni: Po odciągnięciu napletka, dokładnie umyć okolice cewki moczowej, spłukać i osuszyć.
Kobiety: Dokładnie umyć okolice krocza, jedną ręką rozchylić wargi sromowe odsłaniając ujście cewki moczowej, umyć okolice cewki, spłukać i osuszyć.
- Mocz należy pobrać ze środkowego strumienia starając się nie dotykać ścianek wewnętrznych. Pierwszą partię moczu oddać do toalety, drugą partię, nie przerywając strumienia oddać bezpośrednio do pojemnika. Zamknąć pojemnik, opisać imieniem, nazwiskiem i godziną pobrania materiału.
- Pobrany materiał dostarczyć do laboratorium jak najszybciej, w przypadku przechowywania go w lodówce (2-8°C) maksymalny czas transportu to 4 godziny.
- Mocz do badania ogólnego i na posiew powinien być dostarczony w dwóch oddzielnych pojemnikach: niejadalnym i jałowym.

Pobieranie moczu do badań mikrobiologicznych u dzieci i noworodków

- Należy zaopatrzyć się w jednorazowy, jałowy pojemnik (w wyjątkowych sytuacjach mocz można pobrać do jałowego woreczka).
- Przed pobraniem próbki należy umyć ręce, ujście cewki moczowej i okolice krocza wodą z mydłem, osuszyć ręcznikiem papierowym. Należy zachować kierunek mycia i osuszania: od ujścia cewki w kierunku odbytu.
- Mocz należy pobrać ze środkowego strumienia starając się nie dotykać ścianek wewnętrznych pojemnika.
- W przypadku użycia woreczka należy założyć go rano po wykonaniu czynności higienicznych tuż przed oddaniem moczu przez dziecko.

- Woreczek odklejać zaraz po oddaniu moczu, zabezpieczyć przed wylaniem umieszczając w jałowym pojemniku. **Moczu nie należy przelewać do pojemnika.**
- Pobrany materiał dostarczyć do laboratorium jak najszybciej, w przypadku przechowywania go w lodówce maksymalny czas transportu to 4 godziny.
- **Użycie woreczka do pobrania moczu sprzyja zanieczyszczeniu próbki florą jelitową**, dlatego dla uzyskania wiarygodnego wyniku oznaczenie należy wykonywać w próbkach z co najmniej dwóch oddzielnych pobrań.

Pobieranie moczu na podłoże transportowo-wzrostowe

- Trzeba ocenić czy podłoże transportowo-wzrostowe nie jest wyschnięte, przerośnięte i czy znajduje się w okresie przydatności do użycia.
- Przed pobraniem próbki należy umyć ręce, ujście cewki moczowej i okolice krocza wodą z mydłem, osuszyć ręcznikiem papierowym. Trzeba zachować kierunek mycia i osuszania: od ujścia cewki w kierunku odbytu.
- Należy odkręcić nakrętkę z umocowaną płytką i ostrożnie wyjąć z pojemnika tak, aby nie dotknąć powierzchni płytki, brzegów czy wnętrza pojemnika.
- Mocz pobrać ze środkowego strumienia do jałowego pojemnika.
- Do pojemnika wypełnionego moczem zanurzyć płytkę (trzymając płytkę za nakrętkę) na okres około 4 sekund.
- Wyjąć płytkę z pojemnika, odczekać kilka sekund, aż spłynie nadmiar moczu z płytki. Mocz wylać z pojemnika. Nie dotykać płytki.
- Płytkę ponownie umieścić w pojemniku, zamknąć pojemnik. Na etykiecie wpisać imię, nazwisko i godzinę pobrania materiału.
- Mocz pobrany na zestaw transportowo-wzrostowy można przechowywać w temperaturze pokojowej i dostarczyć do laboratorium w czasie nie dłuższym niż 24 godziny od pobrania.

PRZYGOTOWANIE DO POBRANIA NASIENIA

Pobieranie nasienia do badania mikrobiologicznego

- Posiew nasienia należy wykonać przed zastosowaniem antybiotykoterapii.
- Przed wykonaniem badania konieczne jest zaopatrzenie się w jałowy pojemnik.
- Należy zachować abstynencję seksualną przez minimum dwa dni, jednak nie dłużej niż przez siedem dni.
- Przed pobraniem próbki należy umyć ręce, okolice cewki moczowej wodą z mydłem i osuszyć jałowym gazikiem.
- Materiał do badań należy oddać drogą masturbacji bezpośrednio do pojemnika, po uprzednim oddaniu moczu.
- Próbkę dostarczyć do laboratorium w ciągu 2 godzin od pobrania w temperaturze pokojowej.

Uwaga!

Nasienie nie może być pozyskiwane z prezerwatyw.

PRZYGOTOWANIE DO POBRANIA KAŁU

Pobieranie kału do badania w kierunku obecności pasożytów jelitowych

- Kał do badania powinien być pobrany trzykrotnie w okresie 10 dni (w odstępach 2-3 dniowych), przed rozpoczęciem leczenia.
- Badanie w kierunku antygeny cyst *Giardia lamblia* metodą immunoenzymatyczną można wykonać w tej samej próbce co badanie kału na obecność pasożytów jelitowych.
- Przed badaniem konieczne jest zaopatrzenie się w specjalny pojemnik z przytwierdzoną do nakrętki łopatką.
- Przed pobraniem próbki należy opróżnić pęcherz moczowy.

- Jeśli w kale widoczne są pasożyty należy oddzielić je od próbki, wypłukać wodą i przesłać do laboratorium w oddzielnym pojemniku zawierającym niewielką ilość wody lub soli fizjologicznej.
- Za pomocą łopatki z nakrętki pojemnika należy pobrać małe próbki kału z kilku miejsc. Całkowita ilość materiału w pojemniku powinna odpowiadać wielkości orzecha laskowego.
- Pojemnik należy zamknąć, opisać imieniem, nazwiskiem.
- Próbkę należy dostarczyć do laboratorium. Dopuszczalne jest przechowywanie próbki w temperaturze lodówki (2 – 8 °C) przez okres do 24h.

Pobieranie kału do badania w kierunku obecności krwi

- Trzy doby przed pobraniem próbki kału należy odstawić niektóre leki, w szczególności: preparaty zawierające żelazo, środki przeciwwzapalne oraz rozrzedzające krew.
- Nie trzeba stosować specjalnej diety, jednak zaleca się, aby była ona bogata w błonnik, ponieważ wpływa on korzystnie na rytm wypróżnień, co gwarantuje, że próbka będzie mogła zostać pobrana.
- Nie należy stosować leków zmiękczających stolec, np. czopków, leków przeczyszczających.
- Próbki kału nie powinny być pobierane podczas menstruacji, ani na 3 dni przed lub po niej, przy krwawieniach spowodowanych zaparciami, przy krwawiących hemoroidach, po incydentach krwawienia z nosa, z dziąseł, po ekstrakcjach zębów, po doodbytniczym podaniu leków,
- Dwie doby przed badaniem nie należy spożywać alkoholu, gdyż może on spowodować podrażnienie układu pokarmowego.
- Przed badaniem konieczne jest zaopatrzenie się w specjalny pojemnik z przytwierdzoną do nakrętki łopatką.
- Przed pobraniem próbki należy opróżnić pęcherz moczowy.
- Za pomocą łopatki z nakrętki pojemnika należy pobrać małe próbki kału z kilku miejsc. Całkowita ilość kału w pojemniku powinna odpowiadać wielkości orzecha laskowego.
- Pojemnik należy zamknąć, opisać imieniem, nazwiskiem.
- Próbkę należy dostarczyć do laboratorium. Dopuszczalne jest przechowywanie próbki w temperaturze lodówki (2 – 8 °C) przez okres do 24h.

Pobieranie kału do badania mikrobiologicznego

- Próbka kału powinna być pobierana jak najwcześniej od wystąpienia objawów biegunki, przed rozpoczęciem leczenia przeciwdrobnoustrojowego. W okresie nawrotu biegunki pobrania należy dokonać natychmiast, nie czekając na uformowanie się stolca.
- Należy zaopatrzyć się w jednorazowy, jałowy pojemnik.
- Przed pobraniem stolca trzeba opróżnić pęcherz moczowy, aby próbka kału nie miała kontaktu z moczem.
- Materiał do badania należy pobrać z kilku miejsc, szczególnie tych zawierających krew, śluz lub ropę.
- Całkowita ilość kału w pojemniku powinna odpowiadać wielkości orzecha laskowego.. Jeśli kał jest płynny, do badania należy pobrać 2-3 ml materiału.
- Pojemnik należy zamknąć, opisać imieniem, nazwiskiem i godziną pobrania materiału.
- Próbkę należy dostarczyć do laboratorium w temperaturze pokojowej w możliwie najkrótszym czasie od pobrania (w ciągu 2 – 3 godzin).
- Materiał można przechowywać w temperaturze lodówki (2 – 8 °C) i dostarczyć w czasie nie dłuższym niż 24 godziny od pobrania.
- W przypadku dłuższego czasu transportu, kał należy pobrać na podłoże transportowe i dostarczać do laboratorium utrzymując temperaturę pokojową do 48 godzin (wskazane jest jednak zachowanie 24 godzin) od pobrania.

Pobieranie kału do badania w kierunku rota-, adeno- i norowirusów, antygeny GDH i toksyny A/B Clostridium Difficile.

- Należy zaopatrzyć się w jednorazowy, jałowy pojemnik.
- Przed pobraniem stolca trzeba opróżnić pęcherz moczowy.

- Materiał do badania należy pobrać z kilku miejsc w ilości 2-3 ml lub ok. 2 g i przenieść do jałowego pojemnika (badanie stolca uformowanego nie jest wskazane).
- Pojemnik należy zamknąć, opisać imieniem, nazwiskiem i godziną pobrania materiału.
- Próbkę należy dostarczyć do laboratorium w temperaturze pokojowej w możliwie najkrótszym czasie od pobrania (w ciągu 2 – 3 godzin).
- Materiał można przechowywać w temperaturze lodówki (2 – 8 °C) i dostarczać w czasie nie dłuższym niż 24 godziny od pobrania.
- Wykrywalność wirusów w kale jest największa w ciągu: 3-13 dni dla adenowirusów, 25-72 godzin dla norowirusów, 3-5 dni dla rotawirusów.