

# KAKO SE PRIPREMITI ZA LABORATORIJSKE PRETRAGE - UPUTE ZA PACIJENTE

## Opće upute prije uzimanja krvi:

Dan prije uzimanja uzorka krvi potrebno je izbjegavati intenzivnu tjelesnu aktivnost te uzeti uobičajene obroke hrane, ali ne premasne  
Poslije 22 sata uvečer dan prije odlaska u laboratorij ne uzimati hranu, piti alkohol i ne pušiti.  
Voda se smije piti.  
Potrebno je izbjegavati sve lijekove osim onih koje je liječnik odredio kao obavezne 48 sati prije uzimanje krvi.  
Za redovite pretrage uzorak krvi od pacijenta se uzima ujutro između 7 i 9 sati.

## Posebne upute:

### 1. Upute za pripremu pacijenta prije određivanja lipidnog statusa (kolesterol, trigliceridi, HDL-kolesterol, LDL-kolesterol):

Dva tjedna prije uzimanja uzorka krvi:

- uobičajeno se hraniti
- izbjegavati promjene u tjelesnoj težini

48 sati prije uzimanja uzorka krvi:

- 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:

- poslije 19 sati uvečer, dan prije odlaska u laboratorij, ne uzimati hranu, ne piti alkohol, kavu, te ne pušiti

Određivanje kolesterola ne treba 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

### 2. Upute za pripremu pacijenta prije određivanja željeza

24-48 sati prije uzimanja uzorka krvi ne piti sokove obogaćene vitaminima, ni pića uz dodatak tvari koje pojačavaju tonus organizma (energetske napitke).

Krv od pacijenta uzeti ujutro između 7 i 10 sati (standardizirano vrijeme) jer željezo ima značajnu dnevnu varijaciju (i do 70%).

Ako je pacijent pod terapijom preparatima željeza i/ili multivitaminskim preparatima obogaćenim željezom, kontrola željeza u serumu izvodi se najmanje:

- tjedan do 10 dana nakon peroralnog uzimanja preparata željeza
- tri dana nakon davanja intravenoznih preparata
- mjesec dana nakon intramuskularnog davanja željeza.

Koncentracije željeza u serumu fiziološki su povećane kod primjene acetilsalicilne kiseline, kloramfenikola, oralnih kontraceptiva, multivitamina i kemoterapijskih agenasa. Određivanje željeza ne treba provoditi: u stanju akutne infekcije.

### **3. Upute za pripremu pacijenta i provođenje testa oralne podnošljivosti glukoze**

Test se izvodi ujutro između 7 i 8 sati, nakon što je pacijent prethodnu noć bio natašte (8-14 sati), a tri dana prije toga na uobičajenoj prehrani zasićenoj ugljikohidratima i bez ograničavanja tjelesne aktivnosti. 24 sata prije izvođenja testa zabranjena je jača fizička aktivnost.

Za vrijeme testa, koji traje 2 sata, pacijent se ne treba izlagati pojačanoj tjelesnoj aktivnosti, ne smije pušiti, jesti, piti kavu ili druga pića, osim vode.

Nakon završetka testa (2 sata) dozvoljena je i preporučljiva konzumacija hrane i pića.

### **4. Upute za pripremu pacijenta i uzimanje stolice na okultno (nevidljivo) krvarenje:**

7 dana prije testa ne preporučuje se uzimati lijekove koji mogu dovesti do krvarenja u probavnom sustavu i pojave krvi u stolici (aspirin, indometacin, fenilbutazon, rezerpin, kortikosteroidi i dr.).

Test treba odgoditi kod proljeva, menstruacije, krvarenja iz hemoroida i hematurije.

Preporučuje se analizirati tri uzastopne stolice kroz tri dana i to po dva uzorka s različitih mjesta iz svake stolice.

Pacijent treba biti na posebnoj dijeti tri dana prije (najmanje 48 sati) i tijekom ispitivanja:

-preporučuje se:

-dobro kuhana svinjetina, piletina i riba

-sve kuhano voće i povrće

-vlaknasta hrana

-treba izbjeći:

-nedovoljno pečeno crveno meso (janjetina, govedina), jetrene kobasice

-bilo koje sirovo voće i povrće

-vitamin C (>od 250 mg)

### **5. Upute za pripremu pacijenta za određivanje prolaktina:**

Uzimanje uzorka krvi za određivanje prolaktina potrebno je obaviti između 8 i 10 sati ujutro, 3-4 sata nakon buđenja, uz prethodno mirovanje (ležeći položaj) od 30 minuta.

## **6. Upute za pripremu pacijenta za određivanje postprandijalne koncentracije glukoze**

Tri dana prije izvođenja testa bolesnik mora biti na prehrani zasićenoj ugljikohidratima (kruh, tjestenina, krumpir, riža).

Bolesniku se prvo uzorak krvi izvadi natašte. Nakon toga bolesnik mora odmah pojesti svoj uobičajeni doručak. Točno dva sata nakon doručka bolesnik se mora javiti djelatniku laboratorija, radi ponovnog uzimanja uzorka krvi.

## **7. Upute za pripremu bolesnika za pregled stolice na probavljivost**

Dijetu treba provesti 3 dana, a četvrti dan se daje uzorak stolice na analizu. Dijeta se sastoji od lagane i probavljive hrane:

- zajutak: 0,5L mlijeka i 50g dvopeka ili 1 žemlja
- doručak: 0,50L sluzave juhe sa 40g zobene krupice, 10g maslaca, 200g mlijeka, 300g vode, 1 jaje i malo soli
- ručak: 125g sjeckane govedine (lako prepečene izvana i sirove iznutra) s 20g maslaca i 250g pire krumpira s 100g mlijeka i 10g maslaca
- užina: jednaka ručku
- večera: jednaka doručku

## **8. Upute za prikupljanje uzorka za spermogram**

Obavezna je apstinencija 2 – 7 dana .

Sakupljanje ejakulata može se obaviti kod kuće ili u laboratoriju. Ukoliko se sakuplja kod kuće, uzorak donijeti u laboratorij u što kraćem vremenu (do 30 min). Uzorak ne smije biti na hladnom (treba biti na temperaturi od oko 20 stupnjeva C).

Ruke i spolovilo trebalo bi oprati sapunom i dobro isprati vodom.

Sva količina ejakulata treba se sakupiti izravno u sterilnu posudu (prvi mlaz sadrži najveću koncentraciju spermija; ako dođe do gubitka nekog volumena to treba napomenuti osoblju u laboratoriju).

Izbjegavati upotrebu alkohola i ostalih sredstava ovisnosti. Izbjegavati sakupljanje uzorka neposredno nakon bolesti (osobito febrilnih stanja).

## **9. Upute za uzimanje uzorka mokraće za kvalitativnu analizu**

Treba uzeti srednji mlaz prve jutarnje mokraće nakon noćnog sna, toaleta vanjskog spolovila, prije doručka i drugih aktivnosti. Vrijeme od posljednjeg pražnjenja mjehura treba biti najmanje 4, a najviše 8 sati.

Analizu se ne preporučuje raditi kod žena neposredno prije, za vrijeme i neposredno nakon menstruacije.

Uzorak treba skupiti u čistu jednokratnu posudu sa širokim grlom.

## **10. Upute za skupljanje 24-satne mokraće**

Skuplja se u čiste, suhe boce.

Prvi dan:

- ujutro nakon ustajanja pomokri se i ta se mokraća baci. Nakon toga cjelokupna količina mokraće izmokrena kroz dan i noć sakuplja se u čiste boce.

Drugi dan:

- ujutro nakon ustajanja pomokri se i ta se mokraća priključi mokraći od prethodnog dana

Napomena:

-Cjelokupnu količinu mokraće sakupljenu kroz 24 sata treba isti dan dostaviti u laboratorij.

Literatura: Preporuke Hrvatske komore medicinskih biokemičara