Karta informacyjna badania laboratoryjnego

Nazwa badania: Przygotowanie pacjenta przed wizytą w laboratorium medycznym. Badania rutynowe.

Wiarygodność wyników badań laboratoryjnych zależy od wielu czynników, wśród których bardzo ważną rolę odgrywa prawidłowe przygotowanie do badania oraz sposób i czas pobrania próbek. Nieprawidłowe przygotowanie do badań może spowodować uzyskanie wyniku badania, który nie będzie odpowiadał faktycznemu stanowi organizmu i utrudni lekarzowi ocenę stanu zdrowia. Dlatego też, wybierając się do laboratorium w celu wykonania badań należy pamiętać o kilku podstawowych zasadach:

Informacje dla pacjenta:

Szanowny Pacjencie przedstawimy CI garść informacji jak przygotować się do badania w laboratorium medycznym. Jakie zachowanie przed wizytą wpływa na otrzymany wynik. Na co należy bezwzględnie zwrócić uwagę.

Pora dnia

Zaleca się, by do pobrania krwi do rutynowych badań zgłaszać się w godzinach rannych (7:00-10:00). Poranne warunki pobrania są istotne w przypadku parametrów, które zachowują rytm dobowy (ze względu na rytm dobowy wielu hormonów, krew do badań z zakresu gospodarki hormonalnej organizmu, zaleca się pobierać w godzinach porannych).

Posiłek

Zaleca się , by przed pobraniem próbki krwi zachować nie krótszą niż 12-godzinną przerwę w spożywaniu posiłków. Optymalnie, ostatni posiłek poprzedniego dnia powinien być spożyty ok. godz. 18:00. W dniu poprzedzającym badanie należy unikać obfitych i tłustych posiłków.

W przypadku niemowląt i małych dzieci, przed pobraniem krwi dopuszczalne jest podanie lekkiego posiłku. Dzieci do 1 roku życia mogą spożyć posiłek na 30-60 minut przed badaniem; dzieci od 1 do 3 roku życia powinny zachować odstęp 3 godzin między posiłkiem a badaniem. **Wyjątek stanowi oznaczenie stężenia glukozy**.

Napoje i alkohol

Spożywanie wody w ilości zaspokajającej pragnienie jest wskazane przed badaniem. Ważne, aby była ona bez dodatku cukru, miodu, słodzików, aromatów, soków. Dodatkowo zaleca się, aby na pół godziny przed pobraniem wypić szklankę wody – ułatwi to proces pobrania krwi.

Ze względu na wpływ alkoholu na szereg oznaczanych parametrów należy powstrzymać się od spożywania alkoholu przynajmniej na 2-3 dni przed pobraniem krwi.

Leki i suplementy diety

Odstawienie leków przed pobraniem krwi należy bezwzględnie omówić z lekarzem. Przed pobraniem krwi nie należy zażywać suplementów diety. Mogą one zawierać w składzie wyciągi ziołowe lub substancje chemiczne, które zakłócają proces analizy, interferują i wpływają na wynik.

Infekcja

Jeżeli celem wykonania badań laboratoryjnych nie jest monitorowanie przebiegu infekcji, to z realizacją badań warto wstrzymać się przynajmniej przez 2 tygodnie od ustąpienia jej objawów.

Badania hormonalne – dzień cyklu

U kobiet miesiączkujących stężenie hormonów regulujących cykl miesiączkowy powinno być oznaczane w pierwszych 3 dniach cyklu miesięcznego. Jeżeli lekarz kieruje Cię na badania stężenia hormonów we krwi, koniecznie dopytaj, w jakim dniu cyklu powinnaś udać się na badania. Jeżeli przyjmujesz antykoncepcję, jesteś w okresie przed menopauzą, w jej trakcie lub po menopauzie, czas pobrania krwi (np. w zależności od przyjmowania leków), koniecznie przedyskutuj z lekarzem.

Pobranie krwi w trakcie miesiączki

Miesiączka wpływa nieznacznie na wartości parametrów czerwonokrwinkowych oraz płytkowych (morfologia krwi). Nie zaleca się wykonywania badań w tym czasie.

Wysiłek fizyczny

Od standardowego treningu do momentu pobrania krwi należy odczekać przynajmniej 24, a optymalnie nawet 72 godziny. W przypadku bardzo intensywnego wysiłku fizycznego (np. maraton, zawody) większość parametrów stabilizuje się dopiero po okresie 19-21 dni.

Seks przed badaniem

Współżycie przed badaniem ma wpływ m.in. na stężenie prolaktyny czy hormonów wydzielanych przez układ rozrodczy, stąd sensownie jest zachować 24-godzinny odstęp między współżyciem a pobraniem krwi w kontekście wymienionych parametrów.

Ze współżycia przed badaniem powinni zrezygnować Panowie, jeżeli wybierają się na badanie PSA. Stymulacja prostaty w trakcie stosunku może podnosić stężenie PSA (marker raka prostaty) i utrudniać interpretację wyniku. W przypadku badania PSA należy wystrzegać się także jazdy na rowerze, pobrania krwi po badaniu *per rectum* (przez odbytnicę) oraz po biopsji prostaty (tutaj zalecany odstęp od biopsji do pobrania to nawet miesiąc).

Pacjencie pamiętaj że stres jest sytuacją, która zwiększa wydzielanie glukozy czy hormonów, które mogą wpływać na wyniki badań. Oczekując na poczekali na pobranie krwi, postaraj się wyciszyć, spędzając w pozycji siedzącej przynajmniej przez 15 minut.