

Al fine di ottenere un quadro analitico corrispondente alle reali condizioni di salute della persona che si sottopone alle analisi, è opportuno che questa non modifichi le sue abitudini di vita, alimentari comprese, nel periodo immediatamente precedente il prelievo dei campioni biologici da esaminare.

E' sufficiente osservare un digiuno di circa dieci ore prima di sottoporsi al prelievo, tale digiuno può essere interrotto dall'assunzione di acqua. Nelle tre ore precedenti il prelievo si consiglia di astenersi dal fumo, dagli sforzi fisici e dagli stress emotivi. Vi sono comportamenti, abitudini di vita e sostanze che possono influenzare i risultati di analisi di laboratorio, specie di sangue.

- ❑ **Alimentazione:** l'assunzione di cibi e bevande influisce sulla concentrazione ematica di molti analiti. Ad esempio, una cena abbondante in grassi la sera prima del prelievo può aumentare la concentrazione dei trigliceridi, mentre un digiuno eccessivamente prolungato può alterare parecchi parametri. Si consiglia, quindi, di consumare una cena normale la sera prima del prelievo e di non assumere in seguito né cibi né bevande, acqua esclusa. Digiunare 10-12 ore prima del prelievo: anche digiuni più prolungati incidono negativamente sui risultati; ciò è obbligatorio per le seguenti indagini: Glicemia, Colesterolo Trigliceridi Sideremia Acido folico Vitamina B 12 Insulina, Acidi biliari Anticorpi in genere, PSA. Il pasto della sera antecedente al giorno del prelievo deve essere leggero, si sconsigliano in particolare dolci e grassi;
- ❑ **Alcool:** l'assunzione di alcool provoca alterazioni transitorie e/o stabili di molti analiti. Ad esempio, entro 2-4 ore dall'assunzione di modeste quantità di alcol si registra un calo della glicemia. L'assunzione abituale di elevate quantità di alcool causa le alterazioni dei parametri metabolici tipiche dell'etilismo cronico. Si consiglia, quindi, di astenersi dall'assunzione di alcool per almeno 10 ore prima del prelievo e comunque di non assumerne mai in quantità eccessive.
- ❑ **Caffeina e Teina:** non è del tutto nota l'influenza di caffeina e teina su tutti i parametri analitici. Si consiglia, comunque, di astenersi dall'assunzione di bevande che ne contengono (ad. es.: tè caffè coca cola e simili) per almeno dieci ore prima dei prelievi.
- ❑ **Fumo:** il fumo di tabacco provoca alterazioni transitorie e/o stabili di molti analiti. Ad es. dopo un'ora dall'aver fumato da una a cinque sigarette si registra l'elevazione della concentrazione ematica degli acidi grassi, del glicerolo libero, dell'aldosterone, del cortisolo, ecc. L'entità di tali alterazioni è funzione prevalentemente dell'età e della modalità di assunzione del fumo (sigaretta, sigaro, pipa). Si consiglia, quindi, di astenersi dal fumo per almeno 10 ore prima del prelievo.
- ❑ **Attività fisica:** l'attività fisica in generale provoca una riduzione della parte liquida del sangue con conseguente concentrazione relativa delle sostanze in essa disciolte. Ciò si verifica anche per sforzi relativamente modesti, per cui si consiglia di non sottoporsi a prelievi dopo aver camminato a lungo, corso o pedalato per lunghi tratti.
- ❑ **Ciclo Mestruale e Gravidanza:** le condizioni fisiologiche relative ai diversi momenti della vita femminile producono sensibili variazioni nella concentrazione ematica di molti analiti. Si richiede, quindi, di avvisare dell'eventuale stato di gravidanza e del relativo periodo e di comunicare, specie per dosaggi ormonali, la data dell'ultima mestruazione.
- ❑ **Farmaci:** è indispensabile comunicare al Laboratorio se si è in trattamento con farmaci e se si sono assunti farmaci nelle 24 ore precedenti il prelievo.



INFORMAZIONI UTILI PER ESECUZIONI DI ANALISI CLINICHE DI LABORATORIO

Raccolta delle Urine

Raccogliere le urine della prima minzione del mattino (o almeno 3 ore dopo l'ultima minzione) procedendo come segue: pulire accuratamente i genitali esterni con acqua e sapone; urinare scartando il primo getto e, senza interrompere la minzione, raccogliere direttamente nel contenitore il mitto intermedio; riempire non oltre la metà del contenitore; richiudere il contenitore. La raccolta va effettuata in appositi contenitori che potete trovare in qualsiasi Farmacia o richiedere al nostro Personale. Per effettuare la raccolta del campione sospendete l'assunzione di farmaci almeno una settimana prima.

Raccolta delle Urine durante le 24 ore

Utilizzare un contenitore di plastica da 2 litri per la raccolta, fornito dal nostro Laboratorio. Se all'interno vi è del liquido conservante, attenzione a non rovesciarlo e a non toccarlo con le mani. Assicurarsi che il contenitore sia sempre chiuso molto bene. Iniziare la raccolta al mattino dopo aver svuotato la vescica; da questo momento raccogliere tutte le minzioni successive. Continuare la raccolta durante l'intera giornata e la notte. Non perdere parte dell'urina emessa. Terminare il mattino successivo, raccogliendo per ultimo l'urina emessa alla stessa ora del giorno precedente.

Raccolta delle Urine per Idrossiprolina

Nei tre giorni precedenti la raccolta delle urine, seguire una dieta priva di:

- collagene,
- carne e derivati,
- brodo,
- pesce,
- gelati e dolci.

Dopo la dieta alimentare di cui sopra, raccogliere le urine delle 24 ore successive e segnalare sul campione la diuresi, il peso, l'altezza, l'età dell'Utente-Paziente. Utilizzare un contenitore di plastica da 2 litri per la raccolta, fornito dal nostro Laboratorio. Se all'interno vi è del liquido conservante, attenzione a non rovesciarlo e a non toccarlo con le mani. Assicurarsi che il contenitore sia sempre chiuso molto bene.

Prova da Carico di Glucosio

Occorre che nei 3 giorni precedenti l'esame siano presenti nella dieta alimentare dell'Utente-Paziente almeno 200 grammi al giorno di carboidrati, da assumere in qualsiasi momento della giornata. Alcuni fra gli elementi più ricchi di carboidrati, in ordine decrescente, sono:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> zucchero, | <input type="checkbox"/> fichi secchi, |
| <input type="checkbox"/> riso, | <input type="checkbox"/> latte in polvere zuccherato, |
| <input type="checkbox"/> miele, | <input type="checkbox"/> latte condensato, |
| <input type="checkbox"/> fette biscottate, | <input type="checkbox"/> biscotti, |
| <input type="checkbox"/> cracker, | <input type="checkbox"/> ceci, |
| <input type="checkbox"/> grissini, | <input type="checkbox"/> lenticchie, |
| <input type="checkbox"/> pasta semolino, | <input type="checkbox"/> fagioli, |
| <input type="checkbox"/> pane, | <input type="checkbox"/> patate, |
| <input type="checkbox"/> cioccolato al latte, | <input type="checkbox"/> piselli. |
| <input type="checkbox"/> marmellata, | |
| <input type="checkbox"/> uva secca, | |

Nel periodo di preparazione è necessario non sottoporsi ad esercizio fisico e a condizioni di stress diverse dal normale. La sera precedente l'esame restare digiuni dopo la cena. Astenersi dal caffè, fumo, alcool anche durante l'esame. È possibile bere acqua senza limitazioni.

Espettorato

Al mattino a digiuno, effettuare una pulizia del cavo orale e gargarismi con acqua distillata sterile, raccogliere l'espettorato dopo un colpo di tosse; l'espettorato deve provenire dalle basse vie aeree e non essere contaminato da saliva. La raccolta va effettuata in appositi contenitori che potete trovare in qualsiasi Farmacia o richiedere al nostro Personale. Per effettuare la raccolta del campione sospendete l'assunzione di farmaci almeno una settimana prima.

Feci

È consigliabile raccogliere un campione del primo mattino. 0.5-2 grammi di feci emesse spontaneamente sono sufficienti. La raccolta va effettuata in appositi contenitori che potete trovare in qualsiasi Farmacia o richiedere al nostro Personale. Per effettuare la raccolta del campione sospendete l'assunzione di farmaci almeno una settimana prima.

Spermicoltura/Spermiogramma

Eseguire la raccolta del liquido seminale, in apposito contenitore che potete trovare in qualsiasi Farmacia o richiedere al nostro Personale. Tale raccolta va eseguita dopo astensione da rapporti sessuali da 2 a 5 giorni. Per effettuare la raccolta del campione sospendete l'assunzione di farmaci almeno una settimana prima.

Tampone vaginale/uretrale

Evitare, dalla sera precedente l'esame, l'introduzione di prodotti per l'igiene intima; possono invece essere effettuati lavaggi esterni. Eseguire il prelievo non nel periodo mestruale. Per effettuare il prelievo sospendete l'applicazione di farmaci locali da almeno 3-4 giorni.

Esame completo delle urine

L'esame completo delle urine si effettua su un campione estemporaneo fresco (preferibilmente del mattino) raccolto negli appositi contenitori monouso, reperibili presso la nostra struttura o presso le farmacie. Per tutti i dosaggi urinari (Na, K, Ca, acido urico, clearance della creatinina, ecc.) è necessaria la raccolta delle urine delle 24 ore: iniziare la raccolta a vescica vuota e tenere tutte le urine in un unico recipiente fino all'indomani alla stessa ora. Portare tutte le urine al laboratorio oppure misurarle esattamente e portare un campione.

Urinocoltura

Dopo la detersione-pulizia dei genitali con acqua tiepida, scartare la prima parte di urina emessa e raccogliere la successiva direttamente nel recipiente sterile reperibile presso la nostra struttura o presso le farmacie. Il contenitore va aperto solo al momento della raccolta e rapidamente chiuso. Il campione va recapitato al più presto possibile. Non si deve effettuare l'urinocoltura durante e immediatamente dopo terapie con antibiotici o disinfettanti urinari.

Nei Bambini le urine vanno raccolte in appositi sacchetti di plastica adesivi sterili che vanno applicati facendo aderire alla regione pubica ove vanno lasciati per non più di **30 minuti**.

Esame delle feci

Esame completo: occorre la raccolta di un campione adeguato a chiusura ermetica fornito dal laboratorio o dalle farmacie per poter valutare la forma e gli altri caratteri macroscopici. L'esame completo comprende la ricerca del sangue occulto, dei parassiti o delle loro uova.

Esame parassitologico

Stesse modalità raccolta dell'esame completo. Il campione deve essere consegnato al laboratorio nel più breve tempo possibile. Per la ricerca degli ossiuri è consigliabile lo scotch test.

Ricerca sangue occulto e coprocultura

È sufficiente raccogliere un piccolo campione in un contenitore pulito e a chiusura ermetica, fornito direttamente dal laboratorio. La raccolta non deve essere effettuata se è in corso il flusso mestruale oppure se si è affetti da emorroidi sanguinanti. Per il sangue occulto non è necessaria la dieta priva di carne.

Altri esami culturali

Tamponi in genere: muco faringeo, nasale, secreto vaginale, ecc.. Per maggiori informazioni telefonare al Laboratorio.

Esame dell'espettorato

Occorre la raccolta di un campione dell'espettorato emesso spontaneamente in un recipiente sterile fornito dal Laboratorio. Evitare di raccogliere saliva.

Esame del liquido seminale

Dopo almeno 3 giorni di astinenza da rapporti sessuali, dopo un'accurata igiene dei genitali, raccogliere il campione di sperma interamente e direttamente nel contenitore sterile, fornito dal laboratorio. Annotare l'ora della raccolta e recapitare al più presto, evitando l'esposizione del contenitore a temperature inferiori ai 20°C e superiori ai 36°C.

Inoltre vengono eseguite indagini micologiche per:

- micosi superficiali e cutanee sostenute da lieviti e dermatofiti su campioni come squame cutanee e annessi cutanei;
- micosi sottocutanee e profonde responsabili di sporotricosi, blastomicosi, candidosi, aspergillosi e criptococchi.



INFORMAZIONI UTILI PER ESECUZIONI DI ANALISI CLINICHE DI LABORATORIO