Przychodnia na Wzgórzu

Przychodnia Rodzinna Kolbudy

INFORMATOR DLA PACJENTA

JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO BADAŃ LABORATORYJNYCH

Dobre przygotowanie zmniejsza ryzyko wyniku niemiarodajnego i konieczności ponownego pobrania materiału

Najważniejsza zasada: sprawdź, czy konkretne badanie ma własną instrukcję. Zalecenie lekarza lub punktu pobrań ma pierwszeństwo przed zasadami ogólnymi.

Przygotowanie krok po kroku

1	**Dzień wcześniej** Jedz zwykłe posiłki. Nie zmieniaj gwałtownie diety. Unikaj alkoholu, bardzo tłustej kolacji i intensywnego wysiłku fizycznego.
2	**Nawodnij się** Pij wodę jak zwykle. Rano przed pobraniem należy wypić 1–2 szklanki czystej, niegazowanej wody, o ile nie otrzymałeś innych zaleceń.
3	**Zgłoś się rano** Do rutynowych badań krwi najlepiej przyjść w godzinach porannych. W PNW pobrania odbywają się w godz. 7:30–11:00, a w PRK w godz. 7:30–10:30 – po wcześniejszym umówieniu.
4	**Pozostań na czczo** Najczęściej oznacza to 8–12 godzin bez jedzenia. Nie pij kawy, herbaty ani napojów słodzonych, nie żuj gumy i nie pal przed pobraniem.
5	**Odpocznij przed pobraniem** Przyjdź kilka minut wcześniej i odpocznij w pozycji siedzącej około 10- 15 minut. Stres, wysiłek i szybki marsz mogą zmieniać część wyników.

Leki i suplementy

- Nie odstawiaj samodzielnie leków przewlekłych. Ustal z lekarzem lub personelem punktu pobrań, czy i kiedy przyjąć poranną dawkę.
- Poinformuj o przyjmowanych lekach, suplementach, antybiotykach oraz o ciąży. Biotyna może wpływać na niektóre oznaczenia – decyzję o przerwie w jej stosowaniu uzgodnij z lekarzem lub laboratorium.
- Przy oznaczaniu stężenia leku we krwi pobranie często wykonuje się o ściśle określonej porze względem dawki. Postępuj dokładnie według zlecenia.

Co zabrać

- dokument potwierdzający tożsamość oraz skierowanie, jeżeli je otrzymałeś;
- listę przyjmowanych leków i suplementów oraz wcześniejsze wyniki, jeżeli mogą być potrzebne;
- właściwy, opisany pojemnik z materiałem biologicznym, jeśli badanie tego wymaga.

Przychodnia na Wzgórzu

Przychodnia Rodzinna Kolbudy

POBRANIE MATERIAŁU W DOMU I BADANIA SZCZEGÓLNE

BADANIE OGÓLNE MOCZU	BADANIE KAŁU
• Użyj pojemnika przeznaczonego do badania moczu; do posiewu potrzebny jest pojemnik jałowy. • Najczęściej pobiera się pierwszy poranny mocz po umyciu okolicy ujścia cewki moczowej. • Pierwszą niewielką porcję oddaj do toalety, środkowy strumień do pojemnika, a końcową porcję ponownie do toalety. • **Szczelnie zamknij.** **Przed odstawieniem pojemnika na wyznaczone miejsce podaj swoje dane:** imię, nazwisko i PESEL lub datą urodzenia – otrzymasz kod indywidualny kreskowy do przyklejenia na pojemnik **WAŻNE: NIE STAWIAJ POJEMNIKA Z MATERIAŁEM BILOGICZNYM NA BLATACH W REJESTRACJI LUB PUNKCIE POBRAŃ**	• Użyj jednorazowego pojemnika z łopatką, właściwego dla zleconego badania. • Oddaj kał na czyste, suche podłoże. Próbka nie może mieć kontaktu z wodą z toalety, moczem ani środkami czyszczącymi. • Pobierz niewielką ilość z kilku miejsc, szczególnie ze śluzem lub krwią, jeżeli są widoczne, chyba że instrukcja stanowi inaczej. • **Szczelnie zamknij.** **Przed odstawieniem pojemnika na wyznaczone miejsce podaj swoje dane:** imię, nazwisko i PESEL lub datą urodzenia – otrzymasz kod indywidualny kreskowy do przyklejenia na pojemnik. **WAŻNE: NIE STAWIAJ POJEMNIKA Z MATERIAŁEM BILOGICZNYM NA BLATACH W REJESTRACJI LUB PUNKCIE POBRAŃ**

Posiewy i badania mikrobiologiczne

- Materiał najlepiej pobrać przed rozpoczęciem antybiotykoterapii. Jeżeli przyjmujesz lub niedawno przyjmowałeś antybiotyk, koniecznie poinformuj personel – nie odstawiaj leczenia samodzielnie.
- Przy wymazie z gardła lub jamy ustnej mogą obowiązywać wymagania dotyczące jedzenia, picia, mycia zębów i leków miejscowych. Sprawdź instrukcję do konkretnego badania.
- Przy posiewie moczu szczególnie ważne są higiena, jałowy pojemnik i prawidłowe pobranie ze środkowego strumienia.

Badania wymagające indywidualnego przygotowania

KRZYWA GLUKOZOWA I INSULINOWA	INNE BADANIA
• Przyjdź na czczo po 8–12 godzinach bez jedzenia; pij tylko czystą wodę. • W dniach poprzedzających badanie jedz normalnie i nie ograniczaj samodzielnie węglowodanów. • Podczas testu pozostań w punkcie pobrań, siedząc i odpoczywając. Nie jedz, nie spaceruj i nie pal. • Szczegółowy przebieg znajduje się na ostatniej stronie.	• Hormony, kortyzol, prolaktyna i stężenia leków mogą wymagać konkretnej godziny pobrania. • Dobowa zbiórka moczu wymaga osobnej instrukcji i zebrania całej objętości moczu w oznaczonym czasie. • HbA1c zwykle nie wymaga bycia na czczo. Przy innych badaniach zastosuj przygotowanie właściwe dla całego zlecenia. • Badania pilne wykonuje się zgodnie z decyzją lekarza – przygotowanie nie powinno opóźniać pilnej diagnostyki.

Dzieci i osoby wymagające wsparcia

- Nie głodź dziecka bez wyraźnego zalecenia. Czas bez jedzenia zależy od wieku i rodzaju badania – ustal go wcześniej z personelem.

- Zadbaj o nawodnienie i ubiór ułatwiający odsłonięcie ramienia. Jeżeli pacjent ma skłonność do omdleń, trudności
  z pobraniem, szczególne potrzeby lub silny lęk, poinformuj personel.

Jeśli masz infekcję, gorączkę, wymioty lub biegunkę i badanie nie jest pilne, skontaktuj się z lekarzem lub punktem pobrań. Choroba może wpływać na część wyników.

Źródła i podstawa zaleceń: Rekomendacje EFLM COLABIOCLI dotyczące pobierania krwi żylnej opublikowane przez KIDL; Laboratoria Medyczne INVICTA – „Jak przygotować się do badania"; pacjent.gov.pl – materiały dotyczące badań glikemii. Zalecenia indywidualne lekarza lub laboratorium mają pierwszeństwo.

Jak przygotować się do badania | Laboratoria INVICTA

Pod linkiem lub kodem QR znajdziesz informacje jak przygotować się do konkretnego badania.

https://laboratoria.invicta.pl/pacjent/jak-przygotowac-sie-do-badania/



Przychodnia na Wzgórzu

Przychodnia Rodzinna Kolbudy

PRZYGOTOWANIE DO KRZYWEJ GLUKOZOWEJ I INSULINOWEJ

Przychodnia na Wzgórzu

Przychodnia Rodzinna Kolbudy

Przychodnia na Wzgórzu

INFORMACJA DLA PACJENTÓW

PRZYCHODNIA NA WZGÓRZU

PUNKT POBRAŃ

KRZYWA GLUKOZOWA I INSULINOWA

Jak przygotować się i jak przebiega badanie?

PRZED BADANIEM

1 Przed badaniem

- Jedz jak zwykle – nie ograniczaj węglowodanów.
- Zachowaj zwykłą aktywność.
- Przy infekcji, gorączce, wymiotach lub biegunce skontaktuj się z lekarzem albo punktem pobrań.

2 W dniu badania

- Zgłoś się rano na umówioną wcześniej wizytę w Punkcie Pobrań, na czczo (8–12 godzin bez jedzenia).
- Pij wyłącznie czystą, niegazowaną wodę.
- Bez kawy, herbaty, żucia gumy, palenia i wysiłku fizycznego.
- Leków nie odstawiaj samodzielnie. Ustal z personelem medycznym, kiedy je przyjąć.

ZABIERZ ZE SOBĄ

- skierowanie z punktami pobrań,
- zakupioną w aptece saszetkę 75 g glukozy albo gotowy roztwór zawierający 75 g glukozy,
- listę leków i wcześniejsze wyniki,
- przekąskę do zjedzenia po teście.

PRZEBIEG BADANIA

3 Krok po kroku

1. Pobranie krwi na czczo.
2. Wypicie 75 g glukozy w 250–300 ml wody albo gotowego roztworu – w ciągu maks. 5 minut.
3. Kolejne pobrania dokładnie w punktach czasowych ze skierowania.

Najczęściej: 0 / 60 / 120 minut.

Krzywa insulinowa:
liczba i czas pobrań zgodnie ze zleceniem.

4 Podczas oczekiwania

- Pozostań w punkcie pobrań, siedzącej i w spoczynku.
- Nie jedz, nie spaceruj i nie pal.
- W razie pragnienia: kilka łyków czystej wody.
- Złe samopoczucie natychmiast zgłoś personelowi.

WAŻNE

Jeżeli zwymiotujesz, nie wypijesz całej glukozy albo zjesz lub wypijesz inny napój, test może wymagać zakończenia i powtórzenia.

W CIĄŻY: OGTT 75 g wykonuje się w 3 punktach:
na czczo, po 60 i 120 minutach – zwykle między 24. a 28. tygodniem ciąży.

Interpretację wyników pozostaw lekarzowi. Krzywa insulinowa nie ma jednego uniwersalnego zakresu referencyjnego.