

## **PREPARARSI ALLE ANALISI**

Prima di effettuare qualsiasi prelievo del sangue è importante porre attenzione ad alcune piccole ma importanti regole affinché l'analisi del sangue sia il più possibile corretta.

Fattori come il digiuno, la dieta, l'assunzione di farmaci, l'esercizio fisico, la postura del fisico, possono in misura diversa influenzare la buona riuscita dell'analisi.

Si rende opportuno quindi convalidare alcuni semplici consigli per semplificare e facilitare l'operazione del prelievo e delle analisi.

### **DIGIUNO**

Vi è accordo unanime sull'opportunità che il paziente si presenti al prelievo a digiuno da almeno 8 – 12 ore. In questo periodo possono essere assunte solo modiche quantità di acqua e devono essere assolutamente escluse bevande zuccherate, alcolici, caffè, fumo.

Queste sostanze infatti possono rendere inaccurate o addirittura impossibile le quasi totalità delle determinazioni ematochimiche.

### **DIETA**

Nei giorni che precedono il prelievo la dieta dovrebbe essere quanto più possibile abituale, evitando brusche variazioni dell'apporto calorico sia in eccesso che in difetto. In seguito alla riduzione drastica dell'apporto calorico (300/600 calorie/die), infatti, si è riscontrata una diminuzione del volume plasmatico del 30%. Questa alterazione induce rapidi cambiamenti nel sangue che le analisi rivelano.

La dieta deve essere abituale anche qualitativamente ovvero con un apporto di carboidrati, proteine e grassi che segua la normale dieta personale.

### **FARMACI**

Esistono numerosi studi riguardanti l'effetto dei farmaci sui test di laboratorio. Le interferenze possono manifestarsi direttamente o indirettamente a livello analitico. Nel primo caso esse non sono sempre e completamente prevedibili nella loro entità per un'ampia serie di variabili individuali che determinano l'assorbimento, il metabolismo e l'eliminazione del farmaco. Non di tutti i farmaci in commercio sono sufficientemente noti gli effetti collaterali, né vengono analizzate ed indicate le eventuali interferenze a livello analitico.

La più corretta preparazione del paziente agli esami ematochimici dovrebbe prevedere la mancanza assoluta e più prolungata possibile di qualsiasi trattamento farmacologico.

Questa norma deve essere rispettata senza eccezioni in caso di screening o di profili metabolici in persone sane e in soggetti asintomatici.

## ESERCIZIO FISICO

Le variazioni delle attività enzimatiche e di alcuni analiti provenienti dalla muscolatura scheletrica in seguito all'esercizio fisico intensivo e protratto sono fenomeni attesi ed in genere da evitarsi immediatamente prima del prelievo o nelle 8 – 12 ore che lo precedono. Questa norma deve essere assolutamente osservata in caso di analisi delle urine per la determinazione della clearance della creatinina.

## POSTURA

Nel passaggio dalla posizione supina a quella eretta si modificano il volume plasmatico, la concentrazione degli elementi figurati del sangue e di alcuni analiti quali ad esempio il calcio (3,43%), il magnesio, il fosforo, la bilirubina, le proteine totali, il ferro (10,93%), i trigliceridi (18,5%), il colesterolo, l' LDL (34%) e le transaminasi (34%). La risposta individuale ai cambi posturali è assai variabile, probabilmente in rapporto al volume della massa plasmatica, al tasso proteico totale, alle situazioni attuali del tono vascolare e della entità della risposta endocrina. I dati riferiti suggeriscono l'opportunità che la preparazione del paziente prima del prelievo venga quanto più possibile standardizzata al fine di rendere possibile il corretto confronto fra i dati relativi di un paziente ricoverato (verosimilmente ottenuti da prelievi in posizione supina) e quelli relativi allo stesso paziente, ma ambulatoriale, con prelievi eseguiti "a sedere". È stata quindi proposta come raccomandazione la posizione "a sedere" per almeno 15 minuti prima di effettuare i prelievi sia nei pazienti ambulatoriali che nei pazienti ospedalizzati, quando possibile. Nei pazienti mantenuti in tali condizioni (15 minuti a sedere) le variazioni percentuali medie della concentrazione di molti analiti si sono dimostrate intermedie tra quelli che si verificano nel cambio tra le due situazioni posturali estreme (eretta e supina).

---

## **Alimentazione prima del prelievo**

Gli esami di laboratorio vanno eseguiti preferibilmente a digiuno. Questo è strettamente necessario per la determinazione di alcuni esami in particolare: la glicemia, colesterolo e trigliceridi, la sideremia, l'acido folico e la vitamina B12, l'insulina, gli acidi biliari, anticorpi in genere, il PSA. L'eccessivo digiuno, oltre le 24 ore, è anche da evitare per la conseguente diminuzione della glicemia ed aumento della bilirubina. Alcuni esami particolari, come la raccolta delle feci, il dosaggio della 5-idrossitriptamina, etc. etc., richiedono diete specifiche.

## **Raccolta urine delle 24 ore**

Scartare le prime urine della mattina e successivamente raccogliere tutte le urine in un'unico recipiente (nelle farmacie esistono appositi contenitori). La raccolta termina la mattina dopo raccogliendo l'ultimo campione di urine.

## **Modalità di raccolta delle urine**

Per l'esame delle urine è necessario che il paziente consegni una piccola quantità (circa mezzo bicchiere) di urina raccolta in occasione della prima minzione del mattino, dopo averne scartato la prima parte. L'urina può essere raccolta in appositi contenitori in vendita presso le farmacie.

## **Urinocoltura**

Per l'urinocoltura è necessario procedere ad una accurata pulizia dei genitali esterni (lavarsi con acqua e sapone e sciacquare con abbondante acqua). Va scartata la prima parte dell'urina emessa mentre la successiva va raccolta direttamente nell'apposito contenitore sterile in vendita presso le farmacie. Il contenitore va aperto solo al momento della raccolta e rapidamente richiuso appena usato.

## **Modalità di raccolta delle feci**

Per l'esame delle feci completo, per la ricerca di parassiti e per la coprocoltura le feci vanno raccolte in appositi contenitori in vendita presso le farmacie. È consigliabile raccogliere un campione del primo mattino, ma qualora questo non fosse possibile possono essere consegnate feci del giorno prima conservate in frigorifero. Per la ricerca del sangue occulto va osservata una dieta per tre giorni.

## **Modalità di raccolta della saliva**

Il campione di saliva puo' essere raccolto nei contenitori appositi venduti in farmacia. Il paziente deve tenere la testa leggermente inclinata in avanti e raccogliere la saliva che scivola dal labbro inferiore.

### **Modalita' di raccolta dell'escreato**

Il campione va raccolto in apposito contenitore sterile in vendita in farmacia. Il paziente deve raccogliere il materiale tracheo-bronchiale dopo appropriati colpi di tosse.

### **Modalita' di raccolta del liquido seminale**

Prima della raccolta del liquido seminale osservare un periodo di astinenza sessuale non superiore ai 5 giorni e per almeno 3 giorni. Nel momento della raccolta ed in modo particolare se il liquido serve per un'esame colturale effettuare un'accurata igiene dei genitali per evitare eventuali contaminazioni esterne. Il campione va raccolto esclusivamente per masturbazione e va raccolto TUTTO il liquido seminale. La perdita anche di una piccola quantita' iniziale o finale puo' pregiudicare il test anche in maniera notevole. Entro i 45 minuti dalla raccolta il campione deve pervenire al laboratorio di analisi.

### **Intradermoreazione di Mantoux**

Il test prevede una iniezione intradermica nell'avambraccio. Il paziente deve recarsi presso il laboratorio dopo 48-72 ore dalla iniezione per la valutazione della reazione (positiva o negativa). Durante questo periodo il paziente non deve lavare il punto del braccio dove e' stata eseguita la intradermoreazione e deve evitare di applicarvi creme o pomate.

### **Tampone faringeo**

Il paziente deve essere a digiuno e deve aver sospeso la terapia antibiotica da almeno cinque giorni. Il tampone faringeo e' effettuato strofinando un tampone di cotone sulle tonsille e sulla parete posteriore della faringe.

### **Descrizione esami laboratorio**

[http://www.fleming.it/fleming\\_service/capire\\_le\\_analisi.htm](http://www.fleming.it/fleming_service/capire_le_analisi.htm)