Drogi Pacjencie,
zanim udasz się do Laboratorium, aby wykonać badania, zapoznaj się niniejszą ulotką.

Przygotuj się do pobrania, uwzględniając następujące elementy:

✓ Zwróć uwagę na godziny pobrania krwi

Do badań rutynowych dla zapewnienia poprawnej interpretacji wyniku, ze względu na rytm około dobowy, wpływający na zmiany stężenia wielu składników krwi, przyjęto standardową porę pobierania materiału biologicznego:

rano, między godziną 7^{00} a 9^{00}.

Wartości referencyjne są zasadniczo wyznaczane z uwzględnieniem tego warunku i nie należy ich stosować przy interpretacji wyników otrzymanych w materiale pobranym o innej porze doby. Dla nielicznych substancji oznaczanych przyjęto inną porę pobierania materiału, co powinno być wyraźnie podkreślone przed wykonaniem tych badań.

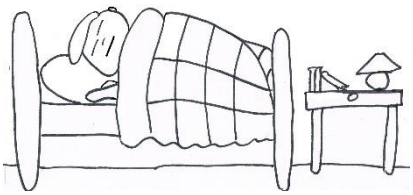
✓ Co oznacza być „na czczo"

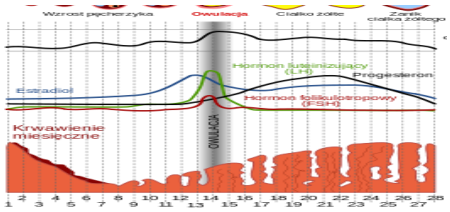
Materiał do większości badań laboratoryjnych powinno się pobierać na czczo, z zachowaniem, **co najmniej 12- godzinnej przerwy od czasu spożycia ostatniego posiłku.**

Pokarm spożyty parę godzin przed badaniem powoduje wiele zmian: stężenia glukozy, składników lipidowych i lipoproteinowych, kwasu moczowego, białka, liczby leukocytów. Wpływa na szybkość opadania krwinek, może też powodować zmiany wynikające z przejściowych zmian objętości krwi. Na wyniki badań laboratoryjnych może również wpływać rodzaj diety i sposób odżywiania się pacjenta.

✓ Pacjent przed pobraniem powinien być wypoczęty i zrelaksowany

Co najmniej 15 minut przed badaniem (pobraniem materiału) **pacjent nie powinien wykonywać żadnego wysiłku fizycznego**. Wysiłek fizyczny i zmęczenie, a także pobudzenie emocjonalne powodują zmiany licznych parametrów, takich jak zwiększenie stężania glukozy, białka, zwiększenie aktywności aminotransferaz (ALT, AST), kinazy fosfokreatynowej (CPK), wielu hormonów i innych parametrów.





✓ Cykl miesięczny u kobiet

Krew na badania poziomu hormonów płciowych u kobiet miesiączkujących należy pobierać w odpowiedniej fazie cyklu, ściśle według wskazań lekarza. Brak na skierowaniu informacji dotyczącej dnia cyklu może spowodować jego błędną interpretację.

✓ Rytm dobowy

Przy pobieraniu krwi należy uwzględnić fakt, że wiele hormonów wydzielanych jest w rytmie dobowym (**kortyzol, ACTH, prolaktyna, parathormon, hormon wzrostu, TSH**). Stąd np. na oznaczanie poziomu kortyzolu, krew powinna być pobrana dwukrotnie: w godzinach rannych i popołudniowych
(**między 7^{00}–8^{00} godz. oraz 15^{00}–16^{00}**).