

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 7⁰⁰ a 9⁰⁰.

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.



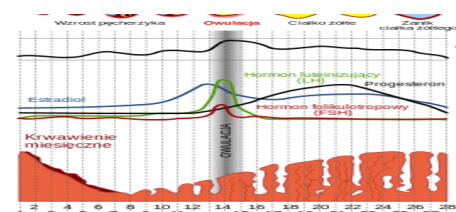
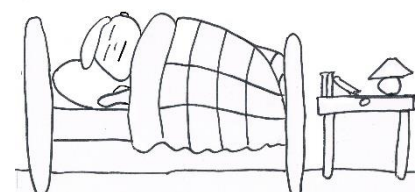
✓ **Co oznacza być „na czczo”**

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 (pobranie materiału) **pacjent nie powinien wykonywać żadnego wysiłku fizycznego.** Wysiłek fizyczny i zmęczenie, a także pobudzenie emocjonalne powodują zmiany licznych parametrów, takich jak zwiększenie stężenia 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 7⁰⁰–8⁰⁰ godz. oraz 15⁰⁰–16⁰⁰**).

