

ORIENTAÇÕES PARA REALIZAÇÃO DE EXAMES LABORATORIAIS

Tempo de Jejum

O jejum para alguns exames não é obrigatório, para outros, é necessário que ele seja de 4, 8 ou 12 horas. Verifique com antecedência no laboratório o tempo ideal de jejum para os seus exames. Caso não consiga essa informação com antecedência, compareça ao laboratório com 12 ou no máximo 13 horas de jejum. Para recém-nascidos, as amostras podem ser colhidas antes do próximo horário de amamentação. No caso de urgência ou orientação médica, o jejum para alguns exames pode ser dispensado, informar ao laboratório caso ocorra este fato. É necessário que siga corretamente a orientação fornecida pelo laboratório sobre do tempo de jejum, para que não ocorram alterações dos resultados.

Abstinência Alcóolica

A bebida alcóolica pode interferir nos resultados dos exames. Um exemplo, é a dosagem de Triglicerídeos, que poderá apresentar resultados elevados caso o paciente tenha ingerido nos últimos 3 dias que antecedem a coleta de sangue.

Atividades Físicas

As atividades físicas podem influenciar em alguns exames. O ideal é que no dia de realizar a coleta, não se deve praticar atividades físicas, uma vez que os constituintes orgânicos poderão sofrer alterações e os resultados obtidos certamente não irão refletir o estado real do paciente.

Medicamentos

Alguns medicamentos podem interferir nos resultados dos exames. Portanto, quando for realizar qualquer exame laboratorial, informe todos os medicamentos que esteja em uso e os que tenham utilizado nos últimos 7 dias. Nunca interrompa o uso de medicamentos contínuos para a realização de exames, somente o médico que os prescreveu poderá suspender o uso.

Orientação para o exame de PSA

O exame de PSA é a dosagem do “Antígeno Prostático Específico”, uma enzima produzida por uma glândula masculina, a próstata. Para impedir interferências nos resultados, alguns procedimentos e atividades que possam causar compressão da próstata devem ser evitados durante 3 dias antes da coleta de sangue, são eles: toque retal, exercício prolongado de bicicleta, montaria a cavalo, relações sexuais, sondagem uretral ou similar.

Após alguns desses exames invasivos como: Ultrassom transretal coletar o sangue após 7 dias, para colonoscopia 15 dias e para biópsia da próstata 30 dias.

Glicemia Pós Prandial

A coleta da Glicemia Pós Prandial, deverá ser feita no mesmo dia da glicose em jejum. Sendo realizada após o almoço, precisamente duas horas depois do início da refeição. Neste intervalo de duas horas, é necessário manter o jejum: evitando, mascar chicletes, chupar balas, tomar café, chá, sucos sorvetes, etc.

Chegue ao laboratório com 10 minutos de antecedência para coleta.

ORIENTAÇÕES PARA COLETA DE AMOSTRAS

- **COLETA DE URINA**

Urina de Primeiro jato:

1. Ao acordar pela manhã, colete o primeiro jato da urina (em torno de 1ml);
2. Utilizar coletor estéril;
3. Por fim, despreze o restante da urina no vaso sanitário;
4. Levar ao laboratório o quanto antes.

Sumário de Urina e Urina para Urocultura:

1. Utilizar recipiente (coletor) comum para coleta de Sumário de Urina, já para Urocultura, deve-se utilizar coletor estéril;
2. A coleta ideal é a primeira urina da manhã, caso não seja possível, ou na urgência, coletar a urina que tenha permanecido na bexiga por no mínimo 4 horas;
3. Antes de coletar deve-se realizar uma limpeza na genitália (pênis ou da vagina) com água e sabão. Em seguida enxágue bem e seque com uma toalha limpa;
4. Comece a urinar desprezando no vaso sanitário o primeiro jato da urina, em seguida colete o jato médio diretamente no frasco coletor e termine de urinar no vaso sanitário;
5. Tampe bem o frasco coletor e leve diretamente para o laboratório (no máximo 1 hora após a coleta);
6. Caso o transporte seja superior a 1 hora, conservar e transportar a urina em um isopor com gelo até a entrega no laboratório;
7. Informe ao laboratório como coletou a urina.

Observações:

É importante não usar antibióticos 5 dias antes da coleta de urina para Urocultura, ou conforme orientação médica.

Para mulheres, não é recomendável coletar o material no período menstrual e nem se estiver usando creme vaginal. Colete a urina somente 5 dias após o término do ciclo menstrual e do tratamento.

Urina de 24 Horas:

1. O recipiente a ser utilizado deve ser de água mineral limpo e seco, é importante não utilizar sabão ou detergente para lavar, a fim que se evitem contaminações. Atenção, não utilizar frasco de refrigerante;
2. Ao acordar pela manhã eliminar totalmente no vaso sanitário a primeira urina do dia, anote a hora inclusive os minutos que desprezou;
3. A partir daí deve ser coletado todas as urinas do dia e noite, até a primeira urina do dia seguinte, sendo ela coletada na mesma hora e minutos anotados anteriormente;
4. **Conservação:** Durante todo o processo de coleta essa urina deve ser mantida a sob refrigeração. Em alguns casos, é utilizado um ácido fornecido pelo laboratório para conservação de algumas urinas, ele deve ser adicionado aos poucos toda vez que for coletado cada urina, conforme instruções do laboratório;
5. É importante que seja entregue ao laboratório toda a urina coletada no período de 24 horas, pois o volume da urina é de extrema importância na análise do resultado.
6. Não devem ser mudados os hábitos diários (dieta, exercícios físicos, stress, etc);

- **COLETA DE FEZES**

Parasitológico:

1. A amostra pode ser colhida em qualquer horário e conservada sob refrigeração até a sua entrega no laboratório;
2. Defecar sobre um pano ou guardanapo limpo e seco, ou se preferir, diretamente no recipiente (coletor). Utilizando a pazinha, colher uma porção de fezes pequena e colocar no coletor;
3. Deve-se evitar a contaminação com urina ou água do vaso sanitário.

Parasitológico com Baermann:

1. A amostra deve ser recente, não poderá refrigerar usar formol e nem laxantes.
2. Defecar em local limpo e seco ou diretamente no frasco coletor;
3. Após a coleta das fezes, levar o quanto antes ao laboratório em temperatura ambiente;
4. Deve-se evitar a contaminação com urina ou água do vaso sanitário.

Pesquisa de Sangue Oculto:

Colher o material conforme as instruções para o parasitológico, seguindo alguns preparos:

1. Nos 3 dias que antecede o exame e no dia da coleta, devem ser evitados o uso de laxantes, bebidas alcóolicas e medicamentos que podem causar sangramento gastrointestinal como: (Aspirina, AAS, anti- inflamatórios não esteroide (ex.: diclofenaco), anticoagulantes, vitamina C, sulfato ferroso, contraste radiológico), ATENÇÃO nunca suspender medicações de uso contínuo, somente após orientação do seu médico;
2. Não colher durante o período menstrual ou quando houver hemorróidas sangrantes;

3. Ter cuidado durante a escovação dos dentes, uso de palito ou fio dental para evitar o sangramento gengival;
4. Atenção, o material a ser analisado deve ser colhido sob as condições descritas para que o resultado seja válido.

- **COLETA DE ESCARRO**

1. Pela manhã logo após acordar ainda em jejum, eliminar todo o material que estiver presente nas narinas;
2. Escovar os dentes e lavar várias vezes a boca com bastante água, gargarejando e bochechando;
3. Fazer várias vezes inspirações profundas entre 8 a 10 vezes e tossir procurando obter o material do fundo do peito e lançando o escarro no recipiente coletor, evitando que o material escorra pela parede externa do coletor. O coletor deve ser estéril;
4. Repetir assim a operação por 3 vezes, evitando a saliva;
5. Em seguida, rosquear bem o coletor e levar imediatamente ao laboratório.