

INSTRUÇÕES DE COLETA

ALIMENTAÇÃO E JEJUM

O jejum para exames de laboratório, significa que o paciente ficará sem ingerir alimento durante um número determinado de horas. É permitido a ingestão de **pouca água** e **medicamentos** de uso contínuo, desde que não tenha recomendação contrária.

Recomenda-se manter a alimentação normal nos dias que antecedem o exame, realizando um jejum de 12 horas para dosagem de Colesterol e Triglicérides. Para outros exames o jejum recomendado é de 8 a 10 horas.

Evitar o consumo de alimentos ricos em **gorduras** e **bebida alcóolica**, pois podem aumentar consideravelmente o nível de Colesterol e Triglicérides.

Recém nascidos e Crianças até 04 anos podem ter tempo de jejum reduzido para o intervalo entre as refeições ou conforme orientações médicas.

Devem ser evitadas coletas de sangue após período prolongado de jejum, acima de 16 horas.

Alguns exames exigem conservantes especiais e/ou dieta prévia antes da coleta de sangue, neste caso é importante solicitar instruções ao laboratório.

EXAMES ESPECIAIS

Glicemia pós-prandial:

Iniciar a alimentação, marcar o horário a partir do início da refeição, aguardar 2 horas e retornar ao laboratório para colher o sangue 10 minutos antes de completar o tempo.

PSA:

Para a determinação de Antígeno Prostático (PSA), são necessários os seguintes cuidados:

- Após relação sexual, aguardar 2 dias;
- Após exame de toque retal, aguardar 2 dias;
- Após exame de ultrassonografia transretal, aguardar 24h para realizar o exame;
- Após biopsia e Próstata, aguardar 4 semanas;

COLETA DE URINA

Sumário de Urina:

Desprezar o 1º jato de urina e coletar do 2º jato aproximadamente 10mL, diretamente no coletor. É importante que seja a 1ª urina da manhã ou então que o paciente esteja com um intervalo mínimo de 4 horas sem urinar.

O 1º jato traz célula e secreções que podem estar presentes na uretra. Quando se está preocupado com uma possível infecção urinária é necessário que o material não esteja contaminado com elementos presentes na uretra, daí a necessidade de desprezar o 1º jato urinário.

Cultura de Urina:

Para a realização deste exame é necessário que o paciente não esteja fazendo uso de antibiótico. Fazer a higienização da região genital, desprezar o 1º jato e coletar o 2º jato diretamente em coletor estéril, com cuidado para não tocar com as mãos no interior do coletor ou da tampa.

É importante que seja a 1ª urina da manhã.

Sugerimos a entrega do material em até 2 horas. Passado este tempo, conservar em geladeira até a entrega.

Urina de 24h:

Ao acordar pela manhã, esvaziar totalmente a bexiga desprezando esta urina. Anote o horário, pois a partir daí cada vez que você urinar, toda a urina deve ser juntada num frasco sem perder nada, até o mesmo horário do dia seguinte, completando 24h.

EXERCÍCIO FÍSICO

O exercício físico pode interferir em alguns exames, como por exemplo, a Glicemia, Prolactina e etc. Assim, deve-se evitar colher sangue para realizar exame após exercício físico, exceto quando for indicado pelo médico.

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES

Coleta:

A coleta de sangue é um procedimento corriqueiro e seguro. Na maioria das vezes trata-se de uma picada rápida, pouco dolorosa, porém, pode ser que seja necessário uma nova tentativa, em caso de quantidade insuficiente de sangue.

No local da coleta raramente pode ocorrer dor suportável e aparecimento de hematoma (extravasamento de sangue para fora da veia, que o próprio corpo controla). Cuidados como manter o local pressionado por alguns minutos, evitar pendurar bolsas e carregar peso do mesmo lado da coleta ajudam a evitar estas ocorrências.

Pessoas sensíveis podem ficar pálidas, terem suor frio e tonturas após a coleta. Estas ocorrências também são raras e sem maiores consequências, cedendo após alguns minutos.

Apesar de todos os cuidados e da existência de controle de qualidade implantado no laboratório, eventualmente poderá ser necessária a realização de nova coleta para confirmação de resultados, por inadequação da mostra ou alguns outro motivo. Neste caso o laboratório entrará em contato e solicitará a nova coleta ou amostra sem custos adicionais.

Para Exames:

Exames como Urocultura, Coprocultura, Cultura para Ureaplasma ou Mycoplasma necessitam de conservantes especiais, favor procurar informações antes da realização do exame.