



Esami di Laboratorio – Come prepararsi al meglio

PRELIEVO DEL SANGUE VENOSO - ESAMI EMATOCHIMICI DI ROUTINE

Indicazioni generali.

Il corretto comportamento del paziente prima di un prelievo ematico contribuisce in modo rilevante all'accuratezza diagnostica della procedura.

È essenziale quindi, prima di sottoporsi a qualsiasi esame di laboratorio, seguire attentamente le indicazioni fornite dal personale sanitario del Laboratorio.

Elenchiamo, di seguito, una serie di semplici regole comportamentali per un'ottimale preparazione a qualsiasi prelievo del sangue, fermo restando che alcune analisi possono imporre precauzioni specifiche o non richiederne affatto.

Digiuno

È buona norma, per gli esami di routine, essere a digiuno ed evitare di fumare da almeno 8-12 ore; è consentito soltanto assumere modiche quantità di acqua (1-2 bicchieri). Il digiuno è strettamente necessario per alcuni esami e in particolare: glicemia, colesterolo, trigliceridi, sideremia, acido folico, vitamina B12, insulina, acidi biliari, emocromo. Il non rispetto di tale comportamento può rendere inaccurate la quasi totalità delle determinazioni ematochimiche.

Alimentazione

Nei giorni che precedono il prelievo è opportuno seguire la propria dieta abituale, ovvero con un apporto di carboidrati, proteine e grassi che segua la normale dieta personale.

Farmaci

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

Nel caso di pazienti con patologie croniche in terapia (es. anticoagulanti, anticonvulsivi), questa non deve essere interrotta e va assunta secondo indicazioni mediche.

Le iniezioni di farmaci intramuscolari o anche determinati integratori, possono interferire con i risultati degli esami di laboratorio. È pertanto di fondamentale importanza informare il proprio medico qualora si possa riscontare un valore alterato di un esame ematico e si sia assunto nelle precedenti 72 ore un eventuale farmaco.

Attività fisica

In seguito all'esercizio fisico intensivo e prolungato si possono avere variazioni delle attività enzimatiche provenienti dalla muscolatura scheletrica (CK, LDH, AST ed altri) per cui l'intenso esercizio fisico è da evitare nelle 8 – 12 ore precedenti il prelievo.

Controllo dello stato di ansia e condizioni particolari

Lo stress emozionale e tutte le altre condizioni che si discostano dalla normalità quali Ansia, febbre, stress eccessivo, vomito, diarrea possono determinare sensibili oscillazioni di determinati analiti. È opportuno in tali casi informare il proprio medico.

NOTA BENE:

Per la corretta esecuzione ed interpretazione dei test di laboratorio, è fondamentale avvisare il personale sanitario se, per qualsiasi ragione, non sono state seguite tutte le istruzioni fornite.

Effettuato il prelievo, il paziente è invitato a mantenere moderatamente compresso, per circa 5 minuti, il batuffolo di cotone senza strofinare e piegare il braccio.

Possono verificarsi episodi di lipotimie post-prelievo, con temporanea perdita di coscienza e possibilità di caduta. Se in passato si è riscontrato tale fenomeno è assolutamente necessario avvertire preventivamente il personale infermieristico.