

# Pasiruošimas laboratoriniams tyrimams

## *Ką reikia žinoti prieš atliekant laboratorinius tyrimus?*

Laboratorinis tyrimas yra medicininė procedūra, kurios metu tikrinama, ar kraujo, šlapimo ir kitų organizmo medžiagų bandiniai atitinka nustatytas normas ir/ar savybes.

Laboratoriniai tyrimai atliekami:

- profilaktinio patikrinimo metu, kad būtų įvertinti galimi žmogaus sveikatos pakitimai dar prieš atsirandant ligos simptomams,
- diagnozei nustatyti, suplanuoti gydymą, įvertinti atsaką į paskirtą gydymą ir sekti ligos eigą.

Laboratorinių tyrimų rezultatų reikšmės paprastai yra pateikiamos kaip tam tikras intervalas, rečiau kaip vienas specifinis skaičius, nes normalios reikšmės įvairiems asmenims varijuoja.

Kas yra norma vienam žmogui, gali būti ne norma kitam. Daug veiksnių (pvz.: lytis, amžius, rasė, medicininė istorija, bendra sveikatos būklė) gali paveikti tyrimo rezultatus. Kartais tyrimo rezultatus lemia specifiniai maisto produktai, vaistai, paskirti prieš tyrimą, ir tai, ar teisingai jie buvo vartojami. Štai kodėl pacientas gali būti prašomas nevalgyti ar negerti keletą valandų prieš tyrimą. Be to, normos dydžiai gali būti skirtingi skirtingose laboratorijose, nes tyrimai atliekami skirtingais analizatoriais, skirtingomis metodikomis.

Sekant tyrimo dinamiką, ypač svarbu atlikti tyrimus toje pačioje laboratorijoje.

Kai kurie laboratoriniai tyrimai (pvz., prostatos specifinis antigenas, cholesterolis) tiksliai, patikimai parodo specifines sveikatos problemas. Kiti suteikia bendros informacijos, leidžiančios gydytojui spręsti apie galimas sveikatos problemas, padeda parinkti kitus tyrimus diagnozei nustatyti.

Prieš atliekant instrumentinius tyrimus susipažinkite, kaip tinkamai jiems pasiruošti.

## ***Pasiruošimas kraujo tyrimui***

Bendrieji reikalavimai

1. Prieš atliekant kraujo tyrimus 8-14 val. (priklausomai nuo atliekamų tyrimų rūšies) nevalgykite, negerkite sulčių, arbatos, kavos, ypač su cukrumi. Gerkite tik vandenį.
2. Likus 1-2 dienoms iki tyrimo, mažiau valgykite riebaus ir kepto maisto, nevartokite alkoholio. Jei laboratorinio tyrimo atlikimo išvakarėse numatoma šventė, geriau atidėkite tyrimą 1-2 dienoms.
3. Valandą iki tyrimo nerūkykite.
4. Daugelio fermentų ir hormonų kiekis kraujyje įvairiu paros metu gali svyruoti, todėl šiuos tyrimus atlikite iki 10 val. ryto.
5. Prieš atliekant kraujo tyrimą venkite kaitinimosi saulėje, fizinio krūvio (nesportuokite) ir streso. Prieš tyrimą nusiraminkite ir pailsėkite 10-15 min.
6. Jeigu ruošiatės pradėti vartoti vaistus, tuomet tyrimus geriau atlikite prieš pradėdami juos vartoti arba praėjus 10-14 dienų po gydymosi vaistais. Gydymo efektyvumui nustatyti paprastai kraujas tiriamas praėjus 14-21 dienai po vaisto suvartojimo. Jei jus vartojate vaistus, būtinai įspėkite apie tai savo gydytoją arba laboratorijos darbuotoją.
7. Nepatariama atlikti kraujo tyrimų po rentgenologinių ir ultragarsinių tyrimų, masažo, refleksoterapijos arba fizioterapijos procedūrų, o prieš imant kraują PSA ir LPSA tyrimui, negalima atlikti rektalinio, veloergometrinio tyrimų, biopsijos.
8. Moterų hormoninių tyrimų rezultatams įtakos turi fiziologiniai faktoriai, susiję su menstruaciniu ciklu. Todėl, ruošiantis lytinių hormonų tyrimui, reikia nurodyti ciklo fazę ir vadovautis savo gydytojo rekomendacijomis, kurią ciklo dieną reikia atlikti tyrimus.
9. Prieš atliekant streso hormonų tyrimą (AKTH, kortizolio, prolaktino ir kt.) būtina nusiraminti, procedūros metu nekreipti dėmesio į pašalinius veiksnius, atsipalaiduoti, nes stresas padidina šių hormonų kiekį kraujyje.
10. Tiriantis dėl infekcijų, reikia atsižvelgti į infekcijos raidos stadiją ir imuniteto būklę. Gavus neigiama tyrimų rezultata, dar negalima garantuoti, kad infekcijos nėra. Jeigu laboratorinių tyrimų rezultatai priverčia Jus abejoti, tikslinga po 3-5 dienų išsitiirti pakartotinai. Geriausia tyrimus dėl infekcinių ligų atlikti praėjus 21 dienai po įtariamo užsikrėtimo, tuomet antikūnų gamyba būna aktyviausia.

### ***Atmintinė pacientui dėl šlapimo surinkimo***

- Visiems šlapimo tyrimams tinkamiausias yra rytinis šlapimas.
- Atliekant bendrą šlapimo tyrimą patariama 24 val. nevartoti vitamino C preparatų.
- Prieš renkant šlapimą tyrimams PGR metodu, nesišlapinti 3-4 val. ir neapsiplauti išorinių lytinių organų.

### **Šlapimo surinkimas bendram šlapimo tyrimui, pasėliui:**

1. Prieš surenkant šlapimą apsiplaunami išoriniai lytiniai organai (tik vandeniu), moterims nereikia nusišluostyti tarpvietės prieš pasišlapinant.
2. Tyrimui renkama 100-200 ml vidurinė švarti šlapimo porcija į specialų indelį (įsigyti galima vaistinėse), šlapimo pasėlio - tik į sterilų indelį (sandariame įpakavime).
3. Ant indelio užrašoma paciento vardas, pavardė.
4. Šlapimo mėginys turi būti ne vėliau kaip per 1-2 valandas pristatomas į laboratoriją (jei pristatomas iš toliau užtikrinti, kad būtų pristatytas +2 - +8 °C temperatūroje).

### **Paros šlapimo surinkimas**

1. Paros šlapimo surinkimo procedūrą geriausiai atlikti, kai esate visą parą namie.
2. Pasirūpinkite viena ar daugiau talpų rinkti ir saugoti šlapimui.
3. Rudos spalvos plastiko konteineris yra tinkamiausias.
4. Šlapimo surinkimo konteinerį laikyti tamsioje ir šaltoje vietoje (ant ledo arba šaldytuve) ateinančias 24 val.
5. Atsikėlus ryte pirma šlapimo porcija išpilti į tualetą, tai bus atskaitos pradžia paros šlapimui rinkti.
6. Po 24 valandų nuo pradžios laiko, baigti šlapimo surinkimo procesą į šlapimo surinkimo konteinerį/konteinerius.
7. Jei gydytojas neinformavo kitaip, atžymėti surinkto paros šlapimo kiekį, sumaišyti visą turiną, ir atpylus į atskirą 200 ml konteinerį, ant kurio užrašomi paciento vardas, pavardė, pristatyti į laboratoriją, užtikrinant +2 - +8 °C temperatūrą.

### **Šlapimo surinkimas lytiškai plintančių sukėlėjų nustatymui PGR metodu:**

1. Tinkamiausias tyrimui yra „pirminės porcijos“ šlapimas.
2. Į sterilų indelį surenkama 50-100 ml šlapimo, pradedant nuo pirmųjų lašu.
3. Ant indelio užrašoma paciento vardas, pavardė.
4. Mėginys turi būti talpinamas į šaldytuvą ir iki pristatymo į laboratoriją laikomas +2 - +8 °C temperatūroje.

5. Šlapimo mėginys turi būti pristatomas per 24 valandas į laboratoriją.

### ***Išmatų mėginio paėmimas***

- Išmatų mėginiai turi būti paimti iš keleto skirtingų vietų, juose neturi būti šlapimo priemaišų.
- Ištyrimui paprastai užtenka nedidelio išmatų kiekio (apie 10 g.).
- Koprologiniam tyrimui netinka išmatos po klizmos procedūrų, žvakučių, laisvinamųjų ir kitų vaistų, turinčių įtakos išmatų formavimuisi, vartojimo.
- Bendram, taip vadinamam koprologiniam, išmatų tyrimui specialaus pasiruošimo nereikia.
- Jei tyrimas atliekamas dėl kirminų ištyrimo, mėginio paėmimas išlieka toks pats, tačiau išmatose esant išsiskyrusių kirminų, juos reikia pristatyti į laboratoriją kartu su išmatų mėginiu.
- Tiriant išmatas dėl spalinių kirminų kiaušinėlių, mėginį paima bendrosios praktikos slaugytojas.

### ***Išmatų surinkimas koprologiniam tyrimui***

1. Išmatos imamos į specialų indelį (konteinerį) arba išplautą stiklinį ar plastikinį indelį.
2. Ant indelio užrašoma paciento vardas, pavardė.
3. Indelis tuoj pat turi būti talpinamas į šaldytuvą ir iki pristatymo į laboratoriją laikomas +2 - +8 °C temperatūroje.
4. Išmatų mėginys turi būti per 24 valandas pristatomas į laboratoriją.

### ***Išmatų surinkimas pirmuonių cistoms tirti***

1. Išmatos imamos į specialų indelį (konteinerį) arba išplautą stiklinį ar plastikinį indelį.
2. Ant indelio užrašoma paciento vardas, pavardė.
3. Išmatų mėginys (kambario temperatūroje) turi būti ne vėliau kaip per 1-2 valandas pristatomas į laboratoriją.

Specialų konteinerį išmatų surinkimui galima įsigyti vaistinėse.

## ***Išmatų mėginio paėmimas slaptu kraujavimo iš žarnyno nustatymui***

1. Svarbu, kad mėginiai nebūtų imami menstruacijų metu ar kraujuojant iš hemoroidinių mazgų.
2. Naudojimasis išmatų mėginio surinkėjais yra rekomenduojamas tam, kad būtų išvengta šlapimo, kraujo ir tualetų vandens priemaišų.
3. Antikoagulantų vartojimas, pvz. aspirino ar kumarinų, gali lemti didesnį hemoglobino kiekį išmatų mėginiuose.
4. Didelių dozių geležies preparatų vartojimą reikėtų nutraukti 1 ar 2 dienoms prieš mėginio testui paėmimą.
  1. Tubelę prieš naudojimą laikykite kambario temperatūroje.
  2. Išmatų mėginį imkite naudodamiesi išmatų mėginio surinkėju.
  3. Laikydami mėginio surinkėją vertikaliai, atidarykite užsukamą dangtelį.
  4. Išimkite spiralinę lazdelę. Įbeskite spiralinę lazdelę į tris skirtingas išmatų mėginio vietas.
  5. Įdėkite spiralinę lazdelę kartu su išmatų mėginiu į mėginio surinkėją ir uždarykite.
  6. Pažymėkite sandariai uždarytą mėginio surinkėją.
  7. Laikykite mėginio surinkėją per naktį vėsioje ir tamsioje vietoje.
  8. Buferiniame tirpale esančius išmatų mėginius būtina pristatyti į laboratoriją per 5 dienas.