

## **Základní doporučení pro klienty:**

### **Před odběrem krve**

Odebírá se krev venózní, arteriální nebo kapilární. Nejčastěji se používá venózní krev získaná venepunkcí. Vlastní odběr může být významně ovlivněn dobou odběru, polohou klienta při odběru, typem odběrových zkumavek a technikou odběru. Z toho důvodu poučení klienta hraje klíčovou roli v celém procesu laboratorního vyšetření, a je proto nezbytné pro správnost laboratorního vyšetření dodržet tyto doporučení:

- **Odběr nalačno** pro většinu laické populace znamená nesnídat, ale odběrem nalačno se rozumí, aby **klient cca 10–12 hodin nejedl**, byl v relativním klidu a odběr byl proveden v ranních hodinách. Nedodržení lačnosti vznikají zkrasené nálezy v parametrech sacharidového a lipidového metabolismu.
- Doporučuje se též **vypít ráno cca 2-3 dl vody nebo neslazený čaj**.
- Pro některá speciální vyšetření nebo funkční testy jsou předepsaná opatření dietní nebo režimová, o kterých pacienta před odběrem krve informuje jeho lékař.
- Doporučuje se vyloučit alkohol, drogy a kouření.
- Vyloučení medikamentózní terapie před odběrem je pouze na základě pokynů lékaře, který indikuje laboratorní odběry.
- Pokud Vám bývá při odběru nevolno, oznamte tuto skutečnost sestře, bude Vám odběr proveden v leže.
- Na případné alergie (na dezinfekční prostředky nebo druh náplasti) upozorněte odběrovou sestru.
- Odběrová sestra Vás seznámí s postupem odběru.
- Po odběru se můžete najíst a zejména diabetikům doporučujeme, aby jste měli jídlo s sebou a mohli tak dodržet navyký denní režim.
- V případě, že máte potíže při odběru krve z důvodu „špatných žil“, oznamte tuto skutečnost odběrové sestře, z důvodu možnosti zahřátí horních končetin před odběrem krve.

**Před výtěrem** z krku nejzte, nepijte, neprovádějte ústní hygienu.

### **Před odběrem moče**

Pokud ošetřující lékař neurčí jinak, stanovení se provádí ze vzorku první ranní moče. Během noci nadměrně nepijte, aby moč nebyla příliš zředěna. Před odběrem moče proveďte očistu zevních genitálií. U žen je nutné vyšetření moče provést mimo období menstruace. Do připravené zkumavky zachyťte střední proud moče, tj. první porci odmočit do toalety a pak zachytit střední proud moče do zkumavky.

### **Před sběrem moče**

Ráno v 6 hodin se vymoňte naposledy mimo sběrnou nádobu do toalety a teprve od této doby veškerou další moč sbírejte do sběrné nádoby (např. čistá PET lahev). Po případném naplnění jedné lahve (označit 1) pokračujte ve sběru moče do láhve druhé (označí 2). Po 24 hodinách, tj. další den ráno opět v 6 hodin, se do sběrné nádoby vymoňte naposledy. Pro správné vyšetření je nezbytně nutné sbírat veškerou moč za danou dobu! Sběrnou lahev uchovávejte na chladném a temném místě (nikoli v lednici). Během vyšetření se stravujte dle svých zvyklostí a vypijte cca 2 l tekutin za 24 hodin. Na odběrové centrum dodejte spolu se žádankou jen vzorek z celého množství moče. Jste poučení, že máte celé množství moče promíchat a poté odebrat vzorek do označené zkumavky a zapsat množství nasbírané moče na žádanku.