



مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی پیامبر اعظم (ص)
بندرعباس

راهنمای انجام آزمایشات خون



شناسنامه پمفلت آموزشی کد: P.E:1401/07/30-0085

عنوان	راهنمای انجام آزمایشات خون
تهیه کننده	هدی باقری ورکیاتی
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	۱۴۰۱/۰۷/۳۰
بازنگری	۱۴۰۴/۰۱/۱۵
ناظر کیفی: سوپروایزر آموزش سلامت	
تایید کننده علمی: خاتم دکتر هائیه راد	

راهنمای جمع آوری ادرار ۲۴ ساعته

از طرف آزمایشگاه ظرف های ویژه ای به شما داده می شود که ممکن است حاوی مواد نگه دارنده ی جامد یا مایع باشد که نباید آن را دور بریزید یا بو کنید، از تماس این مواد با پوست نیز اجتناب کنید و از ظروف دیگری غیر از آزمایشگاه جهت جمع آوری ادرار ۲۴ ساعته استفاده نکنید. در طول جمع آوری ادرار باید ظرف جمع آوری دور از دسترس کودکان و در جای خنک نگه داری شده و بلافاصله پس از اتمام جمع آوری، به آزمایشگاه تحویل داده شود.

روزی را جهت جمع آوری ادرار ۲۴ ساعته انتخاب کنید که حتی الامکان در منزل هستید و فعالیت های فیزیکی شدید نداشته باشید.

در ابتدای جمع آوری ادرار در یک زمان معین (مثلا ساعت ۸ صبح) ادرار نموده و آن را دور بریزید و ساعت اولین ادرار را یادداشت کنید. بعد از آن ساعت، تمامی ادرارهای بعدی خود را داخل ظرف مورد نظر بریزید و تا ۲۴ ساعت تمامی ادرارهای دفعی خود را جمع آوری کنید. ادرار پایانی شما باید دقیقا راس همان ساعت شروع باشد که آن را یادداشت کرده اید (مثلا ساعت ۸ صبح روز بعد)

چنانچه آزمایش شما شامل تست های، متانفرین و نور متانفرین باشد چند روز قبل از آزمایش از خوردن شکلات، چای، قهوه، کاکائو، وانیل، گردو، آلو، موز، آناناس، نوشابه و مشروبات الکلی خودداری فرمائید و داروهایی را که ممکن است در این مدت مصرف نمائید با پزشک خود هماهنگ نمائید.

راهنمای آزمایش پرولاکتین

*این آزمایش نیاز به ۳-۲ ساعت حالت هو شیاری دارد؛ یعنی حداقل ۲ ساعت و حداکثر ۳ ساعت از بیداری فرد گذشته باشد.

*شب قبل از نمونه گیری لباس گشاد و راحت پوشیده شود (تحریک نوک پستان افزایش دهنده ی پرولاکتین می باشد).

*معاینه و تحریک پستان ها طی ۲۴ ساعت قبل از نمونه گیری موجب اشتباه در نتیجه ی آزمایش می شود.

*ورزش، ترس و استرس است به افزایش کاذب پرولاکتین می شود.

لذا ۳۰ دقیقه قبل از نمونه گیری به حالت نشسته و استراحت کنید و در طول این مدت و زمان نمونه گیری کمترین استرس و هیجان را داشته باشید. داروهایی مثل قرص های ضد بارداری، متیل دوبا، داروهای ضد فشار سبب افزایش پرولاکتین می شوند و داروهایی مثل دوپامینرژیک ها مانع ترشح پرولاکتین می شود. پس با نظر پزشک مصرف این داروها را قطع کنید.

راهنمای نمونه گیری آزمایش پروستات

یک هفته قبل از انجام آزمایش نباید معاینه ی پروستات، نمونه برداری و بیوپسی و سونوگرافی از پروستات داشته باشید.

حداقل ۴۸ ساعت قبل از آزمایش از مقاربت یا دفع منی به هر نحو پرهیز کنید. سونوگرافی، دوچرخه سواری و هرگونه تحریکات پروستاتی و داروهایی مثل تستوسترون می تواند سبب افزایش مقدار آن شود.

راهنمای نمونه گیری خلط صبحگاهی:

- نمونه صبحگاهی مناسب تر است. بهتر است بیمار ناشتا باشد.
- لازم است قبل از گرفتن خلط، دهان چند بار با آب معمولی شسته شود.
- درب ظرف را باز کرده نفس عمیقی را از راه بینی کشیده و برای لحظه ای نفس خود را در سینه حبس کنید و با سرفه عمیق خلط خود را داخل ظرف مربوطه تخلیه نمایید.
- سعی شود خلط با آب دهان مخلوط نگردد و با آب دهان به جای خلط داده نشود (آب دهان شفاف و رقیق است ولی خلط چسبندگی دارد).
- در صورتی که نتوانید با سرفه کردن برای انجام آزمایش نمونه خلط بدهید سر را روی بخار آب گرفته، استنشاق نموده یا با آب نمک رقیق غرغره نمایید تا خلط بیاید.
- در مورد نمونه های چند نوبته هر روز یک نوبت انجام شود و پس از جمع آوری در یخچال قرار گیرد. هر نمونه در کمتر از یک ساعت به آزمایشگاه برسد. توجه شود مشخصات بیمار روی بدنه ظرف ثبت شده باشد.

”سلامت و تندرست باشید“

منبع: ترجمه، محمد نژاد و همکاران. آزمایشگاه بالینی هنری ۲۰۲۲،

انتشارات اندیشه رفیع ۱۴۰۰



دستور العمل رعایت زمان ناشتایی

حداقل ۸ ساعت قبل از مراجعه به آزمایشگاه و انجام آزمایش هیچگونه غذا یا آشامیدنی (بجز آب در حد متعارف نخورید و نیاشامید).

در صورتیکه آزمایش شما مربوط به چربی های خون باشد، زمان ناشتایی شما باید حداقل ۱۲ ساعت باشد. در ضمن رعایت یک رژیم متعادل از لحاظ چربی در طول حداقل ۲ هفته، نتایج کاذب آزمایش شما را کاهش می دهد. در نظر داشته باشید فعالیت شدید ورزشی ۲۴ ساعت قبل از انجام نمونه گیری بر روی نتیجه ی برخی آزمایش ها (مانند چربی خون و ...) تاثیر کاذب دارد. .

آزمایشات تیروئید را صبح ها با حداقل ۴ ساعت ناشتایی انجام دهید.

در طول مدت ناشتایی فقط می توانید آب بنوشید و از نوشیدن چای، قهوه، آب میوه، شربت های سینه یا خوردن قرص های نرم کننده ی گلو و آدامس پرهیز کنید. در نظر داشته باشید که ناشتایی طولانی مدت، بیش از زمان گفته شده به سبب تغییرات نادرست در نتایج آزمایش شما خواهد شد.

در طول این زمان باید داروهایی را که پزشک اجازه قطع مصرف آنها را صادر نکرده، همچنان مصرف کنید اما آزمایشگاه را از مصرف این داروها مطلع نمائید. در طول مدت ناشتایی از استعمال دخانیات و فعالیت های بدنی و ورزش پرهیز نمائید.

در صورتیکه بیماری خاصی دارید، هنگام حضور در آزمایشگاه همکاران پذیرش را از آن مطلع سازید.

آهن و TIBC

شب قبل از آزمایش نباید غذای غنی از آهن مثل گوشت قرمز مصرف نمائید.

CPK:

برای تشخیص سکتة های قلبی، بیماری های عصبی و عضلانی مورد استفاده قرار می گیرد. حداقل تا یک هفته قبل از انجام تست هیچ گونه تزریق داخل عضلانی نداشته باشید.

راهنمای قند خون دو ساعت بعد از غذا (صبحانه)

*شب قبل از آزمایش حداقل نیاز به ۸ ساعت ناشتایی است و در طی ناشتایی از خوردن چای و قهوه خودداری نمائید.

*پس از اینکه در آزمایشگاه یک نمونه خون ناشتا از شما گرفته شد، یک وعده صبحانه ی معمول و متداول هر روز (شامل نان، پنیر، چای و...) را مصرف کنید و با خوردن لقمه ی اول زمان را در نظر بگیرید؛ چون راس ۲ ساعت بعد از آن باید از شما نمونه گرفته شود. به طول مثال اگر خوردن صبحانه را ساعت ۸ آغاز کرده اید ساعت ۱۰ از شما نمونه گیری می شود

*در طول مدت ۲ ساعت از نوشیدن چای و قهوه و آب میوه، جویدن آدامس و استعمال دخانیات پرهیز نمائید. نوشیدن آب مانعی ندارد) و آزمایش قند خون ناشتا و قند ۲ ساعت بعد از غذا را در یک روز انجام دهید. .

* در مورد مصرف دارو و یا تزریق انسولین صبح روز آزمایش و طی ۲ ساعت انجام آزمایش با پزشک معالج هماهنگ نمائید. مصرف استامینوفن قبل از آزمایش ممکن است باعث افزایش کاذب قندخون شود، بنابراین توصیه می شود که در صورت مصرف، موضوع را به پزشک اطلاع دهید.

CBC:

نیاز به ناشتایی ندارد ولی بدلیل تأثیر خوردن چربی ها بر نتایج آزمایش، حداقل ۳ ساعت قبل از آزمایش، غذا میل نفرمائید.

تست های PT و PTT:

اگر جهت کنترل دوز دارو استفاده می شوند، نیم ساعت قبل از گرفتن دوز وارفرین (برای تست PT) و هپارین (برای تست PTT) نمونه گیری باید انجام شود. ترجیحا همیشه به یک آزمایشگاه مراجعه نمائید.

راهنمای نمونه گیری ادرار جهت انجام کشت و آنالیز

و نیازی به ناشتایی و یا محدودیت غذایی قبل از آزمایش نیست و بهتر است نمونه ی ادرار اول صبح که حداقل ۸ ساعت در مثانه مانده و تغلیظ شده است، مورد آزمایش قرار گیرد؛ در غیر این صورت می توان از نمونه ی ادرار تصادفی جهت بررسی و کشت استفاده نمود.

در مواردی که باید آزمایش کشت ادرار انجام شود، حداقل از سه روز قبل نباید آنتی بیوتیک مصرف شده باشد (در مواردی که رعایت این مطلب مقدور نیست باید به پزشک معالج و آزمایشگاه اطلاع داده شود). و برای نمونه ی کشت ادرار باید از ظرف کشت ادرار دهان گشاد، دربدار و یک بار مصرف استریل استفاده شود. هم چنین برای نمونه ی آنالیز ادرار ظرف باید تمیز باشد ولی استریل بودن آن الزامی نیست. .

حداقل حجم نمونه جهت آنالیز ادرار ۱۰ سی سی می باشد و پیش از نمونه گیری از نوشیدن بیش از حد مایعات اجتناب شود. مقدار آب مصرفی بطور معمول در طول یک روز زمستان ۴ تا ۵ لیوان و در تابستان ۵ تا ۶ لیوان می باشد.

راهنمای جمع آوری نمونه مدفوع

افرادی که تحت آزمایش مدفوع قرار می گیرند، باید برای مدت ۷ تا ۱۰ روز پیش از انجام این آزمایش از درمان با روغن گرچک یا روغن های معدنی، بیسموت منیزیوم، ترکیبات ضد اسهال، تنقیه باریوم و مصرف آنتی بیوتیک خودداری نمایند

بهتر است این آزمایش در سه نوبت و هر روزه یا یک روز در میان انجام شود تا احتمال تشخیص انگل های روده ای بیشتر باشد.

نمونه ی مدفوع نباید به آب یا ادرار آلوده شود چون ادرار می تواند برخی از انگل های فعال را از بین ببرد. و بیماران باید نمونه ی جمع آوری شده را خصوصا در موارد اسهالی بودن نمونه سریعا به آزمایشگاه انتقال دهند. اگر انتقال نمونه حداکثر تا ۳۰ دقیقه پس از جمع آوری نمونه امکان پذیر نباشد لازم است که نمونه در یخچال نگهداری شود.

