شرايط آمادگی بيمار قبل از آزمايش

راهنماي ناشتايي جهت انجام آزمايش ها

راهنمايي‌هاي زير براي كمك به بيماران و مراجعين محترم در جمع‌آوري صحيح نمونه براي آزمايش‌هاي درخواست شده توسط پزشكان محترم ارائه گرديده است. ناشتايي با زمان مشخص جهت انجام آزمايش‌ها مانند: آزمايش قند خون ناشتا، تري گليسريد ،.....الزامي است چرا كه خوردن غذا مي‌تواند منجر به تغيير در مقادير آزمايش شود. اگر پزشكان محترم ما در آزمايشگاه از شما بخواهند كه در وضعيت ناشتا براي انجام آزمايش‌ها مراجعه نماييد خواهشمند است موارد ذيل رعايت گردد:

۱- هشت ساعت قبل از مراجعه به آزمايشگاه هيچ غذا يا آشاميدني (به جز آب) نخورده و نياشاميد (اين مدت ناشتايي در شب توصيه شده است كه فعاليت‌هاي بدن به حداقل رسيده و مقادير طبيعي نيز در نمونه‌هاي صبح تعيين شده‌اند) .

۲- در صورتي كه آزمايش‌هاي مربوط به چربي خون مثل تري‌گليسريد براي شما درخواست شده باشد مدت زمان ناشتايي حداقل ۱۲ ساعت است .

۳- از نوشيدن آب ميوه، چاي و قهوه در طي مدت ناشتايي بپرهيزيد اما نوشيدن آب بلامانع است (مگر آن‌كه محدوديت در مصرف آب توسط پزشك تذكر داده شده باشد .)

٤- در طي مدت ناشتايي از استعمال دخانيات، جويدن آدامس و تمرين بدني و ورزش پرهيز نماييد. اين موارد ممكن است منجر به تحريك سيستم گوارش و تغيير در نتايج آزمايش‌ها شود.

٥- بعد از نمونه‌گيري شما مي‌توانيد رژيم غذايي عادي و فعاليت روزانه را شروع نماييد .

شرايط آمادگی بيمار قبل از آزمايش

روش آماده سازي براي آزمايش قند خون ۲ ساعت پس از غذا

لطفاً براي دست‌يابي به نتايج صحيح آزمايش به نكات ذيل توجه فرماييد. نتايج به خاطر عدم رعايت شرايط مي‌تواند منجر به ناديده گرفته شدن مسائل مهم پزشكي يا درخواست بيش از اندازه و بدون آزمون‌هاي آزمايشگاهي گردد.

خوردن غذا :

- **يك وعده غذاي متعادل و معمول را آماده نماييد (شامل پنير، كره، نان .....)**
- **زمان شروع غذا خوردن را يادداشت نماييد.**

زمان ۲ ساعت پس ازغذا از همان لحظه شروع غذا خوردن آغاز مي‌گردد.

به عنوان مثال:

اگر شما خوردن غذا را در ساعت ۸ صبح آغاز مي‌كنيد، نمونه آزمايش ساعت ۱۰ صبح از شما گرفته شود.

مدت زماني كه غذا را ميل مي‌كنيد نبايد بيش از۲۰ دقيقه به‌طول انجامد.

بعد از خوردن غذا به هيچ وجه چيز ديگري اعم از آدامس، شيريني، آب ميوه، ..... نبايد خورده شود (به استثنا مقدار كم آب)

- **نمونه خون راس ۲ ساعت از زمان شروع غذا از شما گرفته خواهد شد.**
- **پانزده دقيقه قبل از موعد نمونه‌گيري (۲ ساعته) در آزمايشگاه حضور به‌هم رسانيد.**
- **به محض ورود به آزمايشگاه مسئولين پذيرش را مطلع نماييد و اگر راس ۲ ساعت از شما خون‌گيري انجام نشد دوباره به مسئول پذيرش اعلام فرماييد.**

شرايط آمادگی بيمار قبل از آزمايش

جمع آوري قسمت مياني ادرار جهت آزمايش كشت ادرار

شيوه تميز نمودن و جمع‌آوري نمونه در خانم‌ها

نحوه شستشو و تميز كردن

۱- دست‌هاي خود را با آب و صابون كاملاً بشوييد.

۲- درپوش ظرف جمع‌آوري نمونه را باز نماييد، دقت شود كه داخل ظرف و درپوش آن آلوده نشود.

۳- چنانچه در زمان قاعدگي(پريود) مي‌باشيد جهت جلوگيري از جريان خون از يك تامپون مخصوص كه از قبل تهيه استفاده نماييد.

٤- چين‌هاي پوست ناحيه تناسلي (لب‌هاي واژن) را باز كرده و مجراي خروج ادرار و نواحي اطراف آن را بشوييد به نحوي كه عمل شستشو از جلو به عقب صورت گيرد، (در صورت موجود بودن دستمال از آن استفاده نمائيد) دستمال استفاده شده را در ظرف مخصوص زباله بياندازيد.

نحوه جمع‌آوري نمونه

۱- عمل ادرار نمودن را شروع نماييد (در خلال ادرار كردن لب‌هاي دستگاه تناسلي همچنان از يكديگر دور باشند).

۲- نكته مهم: قبل از اينكه ظرف جمع‌آوري نمونه را در برابر جريان ادرار قرار دهيد، صبر نماييد تا ادرار به خوبي جريان يابد و قسمت كمي از ادرار به خارج (داخل توالت) بريزد.

۳- بدون آنكه جريان ادرار متوقف شود، مقداري ادرار را داخل ظرف جمع-آوري ريخته تا ظرف به ميزان نصف يا حداقل ۱/۳ آن پر شود (در واقع قسمت مياني ادرار را در ظرف جمع‌آوري نمونه بريزيد).

٤- درپوش ظرف جمع‌آوري نمونه را روي آن بسته و كاملاً محكم نماييد، دقت كنيد كه لبه‌ها و يا داخل ظرف به هيچ وجه لمس نشود.

٥- توجه نماييد كه نام و نام خانوادگي و شماره بيمار، نوع بيمه، تاريخ و زمان نمونه‌برداري روي ظرف مربوطه نوشته شود.

٦- ظرف نمونه را در جاي مخصوص جمع‌آوري نمونه كه توسط آزمايشگاه تعيين شده قرار دهيد.

۷- دست‌هاي خود را بلافاصله پس از جمع‌آوري نمونه بشوييد .

- نكته مهم : چنانچه نمونه در خارج از آزمايشگاه تهيه شده ظرف را سريعاً پس از جمع‌آوري نمونه در يخچال قرار داده و همان روز به آزمايشگاه تحويل دهيد.

شرايط آمادگی بيمار قبل از آزمايش

جمع آوري قسمت مياني ادرار جهت آزمايش كشت ادرار

شيوه تميز نمودن و جمع‌آوري نمونه در آقايان

نحوه شستشو و تميز كردن

١- دست‌هاي خود را با آب و صابون كاملا بشوييد.

٢- درپوش ظرف جمع‌آوري نمونه را باز نماييد، دقت شود كه داخل ظرف و درپوش آن آلوده نشود.

٣- در افرادي كه ختنه نشده‌اند، پوست سر آلت را از مجراي خروج ادرار به عقب كشيده و جمع نماييد.

٤- مجراي خروج ادرار و نواحي اطراف آن را بشوييد (در صورت موجود بودن دستمال مخصوص توالت از آن استفاده نماييد) دستمال استفاده شده را در ظرف مخصوص زباله بيانداريد.

نحوه جمع‌آوري نمونه

١- عمل ادرار نمودن را شروع نماييد، در زمان ادرار كردن پوست سرآلت (در افراد ختنه نشده) همچنان جمع باشد.

٢- نكته مهم: قبل از اينكه ظرف جمع‌آوري به نمونه را در برابر جريان ادرار قرار دهيد، صبر نماييد تا ادرار به خوبي جريان يابد و قسمت كمي از ادرار به خارج (داخل توالت) بريزيد.

٣- بدون آنكه جريان ادرار متوقف شود، مقداري از ادرار را داخل ظرف جمع-آوري ريخته تا ظرف به ميزان نصف يا حداقل ١/٣ آن پر شود (در واقع قسمت مياني ادرار در ظرف جمع‌آوري نمونه بريزيد).

٤- درپوش ظرف جمع‌آوري نمونه را روي آن بسته و كاملا محكم نماييد، دقت كنيد كه لبه‌ها و يا داخل ظرف به هيچ وجه لمس نشود.

٥- توجه نماييد كه نام و نام خانوادگي و شماره بيمار، نوع بيمه، تاريخ و زمان نمونه‌برداري روي ظرف مربوطه نوشته شود.

٦- ظرف نمونه را در جاي مخصوص جمع‌آوري نمونه كه توسط آزمايشگاه تعيين شده قرار دهيد.

٧- دست‌هاي خود را بلافاصله پس از جمع‌آوري نمونه بشوييد.

- نكته مهم : چنانچه نمونه در خارج از آزمايشگاه تهيه شده ظرف را سريعاً پس از جمع‌آوري نمونه در يخچال قرار داده و همان روز به آزمايشگاه تحويل دهيد.

شرايط آمادگي بيمار قبل از آزمايش

جمع‌آوري نمونه ادرار آزمايشات كشت و آنتي بيوگرام در اطفال (نوزادان)

آموزش و راهنمايي‌هاي ضروري

ابتدا وسايل زير از قبل تهيه و آماده شود:

- يك بسته دستمال توالت جهت تميز كردن ناحيه تناسلي

- يك كيسه جمع‌آوري نمونه ادرار (Urine bag)

- يك ظرف پلاستيكي استريل براي نگهداري و انتقال نمونه ادرار به آزمايشگاه.

١- ناحيه تناسلي طفل يا نوزاد را تميز نماييد.

٢- اجازه دهيد تا ناحيه تميز شده خشك شود.

٣- براي خشك كردن سريع به اطراف ناحيه تميز شده كاغذ يا دستمال توالت نكشيد.

٤- كيسه مخصوص جمع‌آوري ادرار نوزادان يا اطفال را به طور محكم به ناحيه تناسلي كودك بچسبانيد (جزئيات و نحوه تميز نمودن ناحيه تناسلي و چسباندن كيسه جمع‌آوري ادرار به‌طور مشروح در صفحات بعدي توضيح داده شده است) .

٥- فوراً پس از ادرار نمودن نوزاد (كودك) به‌داخل كيسه جمع‌آوري، نمونه را از كيسه به داخل ظرف مخصوص و استريل ادرار منتقل نماييد (ظرف بايد از قبل آماده باشد).

- توجه: اين مطلب بسيار حائز اهميت مي‌باشد كه از آلوده شدن نمونه ادرار جلوگيري شود. بدين منظور به محض ادرار نمودن كودك، ادرار به ظرف پلاستيكي استريل منتقل گردد و قسمت داخلي استريل به هيچ وجه نبايد با دست يا به نحو ديگري لمس يا مورد تماس قرار گيرد.

- توجه نماييد كه روي ظرف جمع‌آوري نمونه ادرار، نام نام خانوادگي، شماره با تاريخ تولد بيمار، نوع نمونه، تاريخ و زمان جمع‌آوري نمونه نيز يادداشت شود.

هشدار: نمونه تهيه شده فوراً پس از جمع‌آوري در يخچال قرار داده شود و در همان روز به آزمايشگاه تحويل گردد.

طريقه قرار دادن و ثابت كردن كيسه جمع‌آوري ادرار جهت نمونه‌گيري از اطفال

پوست ناحيه بايد تميز و خشك باشد، هيچ‌گونه روغن، پودر بچه، صابون‌هاي حاوي لوسيون كه حتي به مقدار جزئي هم ممكن است در روي پوست

شرايط آمادگی بيمار قبل از آزمايش

طفل باقي بماند، نبايد وجود داشته باشد زيرا از چسبيدن محكم كيسه به پوست ممانعت مي‌نمايد. چسباندن كيسه را از قسمت كوچك پوست ناحيه‌اي كه مابين مخرج و ناحيه تناسلي مي‌باشد شروع نماييد. نوار يا پل باريك روي مشمع چسبيده كيسه از آلوده شدن نمونه ادرار با مدفوع جلوگيري مي‌نمايد و كمك مي‌كند تا كيسه در وضعيت مناسبي قرار گيرد.

روش كار با نوزادان دختر:

- مرحله اول: كودك را به پشت بخوابانيد و چين‌هاي ناحيه تناسلي را بشوييد (ترجيحاً با صابون حمام مخصوص بچه تميز شود) از محلول صابون حاوي لوسين استفاده نشود زيرا باقيمانده آن روي پوست مانع از چسبيدن كامل به پوست مي‌گردد. قسمت مخرج را سريعاً شسته آب كشي و خشك نماييد. تمام ناحيه را مجدداً به‌طور كامل با دستمال توالت تميز نموده و صبر كنيد تا با جريان هوا خشك شود.

- مرحله دوم: لايه محافظ پشت را از نيمه تحتاني آن جدا نماييد. ابتدا نيمه فوقاني پوشش چسبيده را رها كرده تا قسمت تحتاني بر روي پوست قرار گيرد. قبل از قرار دادن كيسه جمع‌آوري ادرار مطمئن شويد كه سطح پوست خشك شده باشد.

- مرحله سوم: قسمت پرينه (اطراف ناحيه تناسلي) را بكشيد تا چين‌هاي پوست از هم باز شوند و قسمت تناسلي (واژن) ديده شود، هنگامي كه قسمت چسبيده را بر روي پوست ناحيه قرار مي‌دهيد، مطمئن شويد كه از قسمت باريك پوست بين معقد و واژن عمل چسبانيدن كيسه شروع شود و فشار انگشتان دست بر روي كيسه از اين قسمت به طرف بيرون صورت گيرد.

- مرحله چهارم: قسمت چسبيده كيسه را به طور محكم به پوست فشار دهيد تا از چروكيدگي كيسه و پوست ممانعت گردد. زماني كه قسمت تحتاني كيسه در محل مناسب خود قرار گرفت، كاغذ پشت كيسه را ازقسمت فوقاني آن جدا كرده و عمل فشار بر روي كيسه و پوست را به طرف بالا انجام دهيد تا كيسه كاملاً در جاي خود چسبيده و قرار گيرد. از چسبيدن كامل كيسه به اطراف واژن مطمئن شويد.

روش كار براي نوزادان پسر

- مرحله اول: كودك را به پشت بخوابانيد و چين‌هاي ناحيه تناسلي را بشوييد (ترجيحاً با صابون حمام مخصوص بچه تميز شود) از محلول صابون حاوي لوسين استفاده نشود زيرا باقيمانده آن روي پوست مانع از چسبيدن كامل به پوست مي‌گردد. ابتدا ناحيه پوست بيضه‌ها را بشوييد سپس آلت تناسلي و قسمت معقد را در انتها شستشو داده، آب‌كشي و سپس خشك نماييد. تمام ناحيه را مجدداً به‌طور كامل با دستمال توالت تميز نموده و صبر كنيد تا با جريان هوا خشك شود.

- مرحله دوم: لايه محافظ پشت را از نيمه تحتاني آن جدا نماييد. ابتدا نيمه فوقاني پوشش چسبيده را رها كرده تا قسمت تحتاني بر روي پوست قرار گيرد. اگر چه در مورد يك نوزاد فعال و پرتحرك بهتر است كه تمام قسمت

شرایط آمادگی بیمار قبل از آزمایش

يك‌بار روي پوست قرار داده شود تا كيسه جمع‌آوري در اطراف ناحيه تناسلي محكم بچسبد.

- مرحله سوم: هنگامي‌كه قسمت چسبيده كيسه را روي پوست فشار مي‌دهيد، مطمئن شويد كه اين عمل از ناحيه باريك يا پل كوتاه پوست بين مقعد و قاعده كيسه بيضه شروع شود و فشار انگشتان دست از اين ناحيه به طرف خارج صورت گيرد. از خشك بودن پوست قبل از قرار دادن كيسه مطمئن شويد.

- مرحله چهارم: قسمت چسبيده كيسه را به طور محكم به پوست فشار دهيد تا از چروكيدگي كيسه و پوست ممانعت گردد. زماني كه قسمت تحتاني كيسه در محل مناسب خود قرار گرفت، كاغذ پشت كيسه را ازقسمت فوقاني آن جدا كرده و عمل فشار بر روي كيسه و پوست را به طرف بالا انجام دهيد تا كيسه كاملا در جاي خود چسبيده و قرار گيرد.

شرایط آمادگی بیمار قبل از آزمایش

روش جمع‌آوري ادرار ۲۴ ساعته

هدف از جمع‌آوري نمونه ادرار ۲۴ ساعته اندازه‌گيري و ارزيابي ميزان دفع مواد مختلف (مثل پروتئين، كراتينين، كلسيم و ....) در ادرار طي ۲۴ ساعت شبانه روز مي‌باشد.

روش جمع‌آوري ادرار ۲۴ ساعته

۱- اولين نمونه ادرار خود را در ظرف مخصوص بريزيد.

۲- از آن به بعد ادرار خود رادر ظرف مخصوص بريزيد.

۳- ريختن ادرار در ظرف را تا ۲۴ ساعت از زمان دور ريختن نمونه اول ادامه دهيد.

٤- نمونه روز بعد (روز دوم) را نيز درست در همان زماني كه نمونه صبح روز اول را دور ريخته در داخل ظرف مخصوص بريزيد.

٥- ظرف حاوي نمونه را در اسرع وقت به آزمايشگاه منتقل كنيد.

مثال: نمونه ادرار ساعت ۷ صبح روزاول را دور ريخته و نمونه‌هاي بعد از آن را (هر چند بار) تا ساعت ۷ صبح روز بعد در ظرف مخصوص بريزيد و ادرار ساعت ۷ صبح روز دوم را نيز در ظرف مخصوص بريزيد.

نكات ايمني: ظرف مخصوص جمع‌آوري ممكن است داراي مواد نگهدارنده اسيد قوي باشد لذا از تماس آن با دست و اعضاء بدن پرهيز نماييد.

شرايط آمادگی بيمار قبل از آزمايش

جمع‌آوري نمونه مدفوع جهت آزمايش خون مخفي

بيش از ۵۵/۰۰۰ نفر در سال جاري در آمريكا در اثر ابتلا به سرطان‌هاي بزرگ و رکتوم جان خود را از دست داده‌اند. سرطان روده بزرگ و رکتوم قابل پيشگيري است ! در مراحل اوليه، بيماري قابل علاج! همين امروز جمع‌آوري نمونه مدفوع خود را شروع نماييد!

دستورالعمل لازم

لطفاً دستورالعمل‌هاي زير را به دقت مطالعه، عمل و پيگيري نماييد.

-نكته مهم : توجه نماييد كه نام و نام خانوادگي، سن بيمار، تاريخ و زمان جمع‌آوري و نوع نمونه روي ظرف جمع‌آوري نمونه حتماً قيد گردد.

آزمايش مدفوع از نظر بررسي و جستجوي خون مخفي راهنمايي‌ها / احتياطات غذايي و دارويي

پزشك معالج شما، دستور انجام آزمايش‌هايي را براي شما داده است كه نياز است محدوديت‌هاي غذايي و دارويي خاصي را قبل و در خلال آزمايش مربوطه رعايت نماييد.

راهنمايي‌هاي غذايي

سه روز قبل و در زمان جمع‌آوري نمونه مدفوع از خوردن موارد زير خودداري نماييد:

- جگر، گوشت گاو، خوك، بره (گوسفند)

- انواع ميوه هايي نظير: خربزه، هندوانه، گرمك، طالبي، شلغم، گل كلم، تربچه ترب و كلم بروكلي، خيار، ترب كوهي (ريشه خردل)، هويج، ميوه‌ها و عصاره‌هاي ترش مزه (ليمو ترش)

شما مي‌توانيد به طور معادل از مواد غذايي زير ميل نماييد:

- مقادير كمي از مرغ خوب پخته شده (جوجه)، بوقلمون يا ماهي

- مقادير دلخواه را از سبزيجات (خام يا پخته، به استثنا مواردي‌كه قبلا ذكر گرديد)

- ميوه‌هايي نظير آلو خشك، آلو، گوجه‌سبز، كشمش پلويي، انگور سيب يا موز

- محصولات حاوي الياف (فيبر) و سبوس زياد نظير غلات و حبوبات، بادام-زميني (پسته شامي) يا ذرت بو داده

راهنمايي‌هاي دارويي

شرایط آمادگی بیمار قبل از آزمایش

- نکته مهم : در مورد قطع نمودن داروهاي تجويز شده قبلا با پزشك معالج خود مشورت نماييد.

- به مدت هفت روز قبل و در خلال جمع‌آوري نمونه مدفوع از مصرف داروهاي ضد التهاب غير استروئيدي مانند ايبوپروفن، ناپروكسن، يا مقادير بيش از ۳۲۵ ميلي‌گرم آسپرين در روز خودداري نماييد.

- به مقدار نياز مي‌توان استامينوفن استفاده نمود