



## PRIPOROČILA ZA PRAVILEN ODDVZEM

VPLIV NA REZULTATE LABORATORIJSKIH PREISKAV	PRIPOROČILA
ČAS ODVZEMA	Priporočen čas za odvzem venske krvi je med 7. in 9. uro (takrat so določeni referenčni intervali vrednosti analitov).
HRANA	8 - 12 ur pred odvzemom krvi za biokemične preiskave naj preiskovanec ne je, ne pije (razen vode) in ne kadi. Dan pred odvzemom krvi se priporočajo običajni obroki hrane, ki naj ne bodo premastni. Za nekatere preiskave (hemogram, CRP, osnovno urinsko analizo, imunološke preiskave....) teščost ni potrebna.
VNOS SNOVI	Vsaj dva dni pred odvzemom krvi naj se preiskovanec izogiba vnosu alkohola, nikotina in kofeina. Glede vnosa hrane in zdravil, ki jih jemlje redno, naj se posvetuje z zdravnikom.
DNEVNI BIOLOŠKI RITEM	Zaradi dnevnega nihanja TSH, priporočamo odvzem za ščitnične hormone med 8. in 10. uro. Naslednje kontrole naj se izvajajo ob istem času kot prva.
TELESNA AKTIVNOST	Dan pred odvzemom krvi naj preiskovanec ne izvaja večjih fizičnih naporov in se izogiba psihičnim naporom. Neposredno pred odvzemom krvi pa mora mirovati vsaj 15 minut.
VOLUMEN VZORCA	Za osnovno urinsko analizo in pregled sedimenta potrebujemo najmanj 10 ml priložnostnega vzorca – srednji curek (priporočamo, da oddate vsaj tretjino vzorčnega lončka). Če vzorčite doma, prinesite vzorec v laboratorij najkasneje v pol ure.