

توصیه های عمومی به مراجعہ کنندگان آزمایشگاه های دانشگاه علوم پزشکی سبزوار

مراجعہ کنندہ گرامی، رعایت نکات زیر در هنگام مراجعہ بہ آزمایشگاه جهت بدست آمدن نتایج صحیح تر الزامی میباشد:

- ۱- برای برخی آزمایشات، ناشتائی لازم است. لطفا ناشتا بودن یا ناشتا نبودن خود را بہ مسئول پذیرش اطلاع دهید تا ایشان شما را راهنمایی نماید.
- ۲- ناشتا بودن حتما باید شبانہ بوده و مدت آن ۱۴-۱۲ ساعت باشد. در طول این مدت از خوردن و آشامیدن پرهیزید. تنها میتوانی در این مدت آب (نه آب میوه) مصرف کنید. شام را مثل هر شب میل نمائید.
- باید داروہایی را کہ پزشک اجازه قطع مصرف آنها را صادر نکرده، مثل گذشتہ مصرف نمائید (اما آزمایشگاه را از مصرف آنها آگاہ کنید)
- ۳- صبح روز آزمایش، مانند هر روز از خواب بیدار شوید، بدین معنی کہ زمان بیدار شدن خود را نسبت بہ روزهای دیگر بیش از یک ساعت تغییر ندهید. قبل از پرداختن بہ امور روزمرہ کہ دارای استرس بدنی و روحی میباشد بہ آزمایشگاه مراجعہ نمائید.
- ۴- با ورود بہ آزمایشگاه بہ علت استرسهای بدنی حین مراجعہ، قبل از دادن نمونہ در حدود ۱۵ دقیقه آرام و راحت بنشینید و در دادن نمونہ تعجیل نکنید.
- ۵- مسئول نمونہ گیری را از مصرف هرگونہ دارو و سابقہ بیماری خود مطلع سازید تا وی آنها را در قبض شما یادداشت کند. مطمئن باشید این اطلاعات هر قدر دقیق تر باشد باعث خواهد شد خود شما از نتیجہ بدست آمدہ بهره بیشتری ببرید.
- ۶- جهت آزمایش کشت و کامل ادرار، بہترین نمونہ، اولین ادرار صبحگاهی میباشد در صورت مصرف آنتی بیوتیک قبل از آزمایش، بہ آزمایشگاه اطلاع دهید.
- ۷- جهت آزمایش پوستی از نظر قارچ، باید بہ مدت ۳ روز از شستشوی محل ضایعہ با آب و ویا مالیدن هرگونہ داروی موضعی (پمادها) خودداری کنید.
- ۸- در خصوص آزمایش مدفوع، بعد از گرفتن نمونہ خصوصاً در صورتیکہ نمونہ اسهالی میباشد سریعاً و کمتر از یک ساعت آن را بہ واحد نمونہ گیری آزمایشگاه تحویل دهید.

دستور العمل قند خون ۲ ساعت پس از غذا :

- ۱- شب قبل از آزمایش حداقل ۸ ساعت ناشتا باشید و در طی ناشتائی از خوردن چای و قہوہ پرهیز نمائید.
- ۲- پس از اینکہ نمونہ خون ناشتا از شما گرفتہ شد صبحانہ معمولی کہ هر روز می خورید را میل نمائید .
- وقتی اولین لقمہ صبحانہ را خوردید ساعت را یادداشت کنید. نمونہ گیری دقیقاً ۲ ساعت پس از ساعت مذکور انجام می پذیرد .
- ۳- قبل از انجام آزمایش (در طی مدت ناشتائی شب قبل) و در حین ۲ ساعت بعد سیگار نکشید.
- ۴- در طول آزمایش (در طی ۲ ساعت) از ورزش و پیادہ روی خودداری نمائید .
- ۵- آزمایش را حتماً قبل از ساعت ۱۰ صبح شروع کنید و از انجام آن در ساعات دیرتر خودداری کنید .
- ۶- در طی دو ساعت از خوردن هر نوع خوردنی و آشامیدنی (آب در حد متعارف اشکالی ندارد) خودداری نمائید .
- ۷- آزمایش قند ناشتا و دو ساعت پس از غذا را در یک روز انجام دهید .

تست تحمل گلوکز (در افراد غیر باردار)

مراجعہ کنندہ گرامی، این آزمایش برای بررسی وجود احتمالی دیابت انجام میشود. برای دقت هر چه بیشتر آزمایش، لطفا بہ نکات زیر توجه داشته باشید.

- ۱- از چند روز قبل از انجام این تست، رژیم پر از قند استفاده کنید (در حدود ۱۵۰ گرم

در روز).

۲- در ابتدای صبح و قبل از گذشت یک ساعت از زمان بیدار شدن و به صورت ناشتا (حداقل ۱۲ ساعت) به آزمایشگاه مراجعه نمایید. توجه کنید که در مدت ناشتائی فقط مجاز به خوردن آب هستید.

۳- در ابتدای ورود چند دقیقه راحت روی صندلی بنشینید تا اثرات حرکات بدنی روی شما به حد اقل برسد.

۴- در ابتدا یک نمونه خون ناشتا از شما گرفته میشود. سپس مقداری (در افراد بالغ در حدود ۷۵ گرم) پودر سفید رنگ و نسبتا شیرین گلوکز در یک لیوان به شما داده خواهد شد آن را در آب حل کرده و سریعاً میل نمایید.

۵- بسته به درخواست پزشک، نمونه های خون یک، دو و یا سه ساعت بعد هم از شما گرفته خواهد شد. در این خصوص به توضیحاتی که مسئول نمونه گیری به شما میدهد توجه داشته باشید. در طول این مدت از خوردن غذا، نوشیدن چای و قهوه و کشیدن سیگار پرهیزید.

تست تحمل گلوکز در زنان باردار

مراجعه کننده گرامی، این آزمایش برای تأیید وجود دیابت بارداری انجام می شود و با توجه به اینکه تشخیص آن برای سلامت جنین شما اهمیت دارد، جهت بدست آمدن نتایج درست لطفاً به نکات زیر توجه نمایید.

۱- رژیم عادی خود را از چند روز قبل تغییر ندهید.

۲- در ابتدای صبح و به صورت ناشتا (حداقل ۱۲ ساعت) به آزمایشگاه مراجعه کنید.

۳- در ابتدای ورود چند دقیقه راحت روی صندلی بنشینید تا اثرات حرکات بدنی روی بدن شما به حد اقل برسد.

۴- در ابتدا یک نمونه ناشتا از شما گرفته خواهد شد. سپس مقداری (۱۰۰ گرم) پودر سفید رنگ و نسبتا شیرین گلوکز در یک لیوان به شما داده خواهد شد. آن را در آب حل کنید و به آرامی تمامی آن را میل کنید.

۵- نمونه های خون پس از سپری شدن یک، دو و سه ساعت از مصرف گلوکز از شما گرفته خواهد شد (جمعاً ۴ نمونه). در طول این مدت از خوردن غذا و نوشیدن چای و قهوه پرهیزید.

۶- جهت دریافت جواب، طبق تاریخ و ساعت قید شده در روی قبض به آزمایشگاه مراجعه نمایید.

جمع آوری ادرار ۲۴ ساعته

مراجعه کننده گرامی این آزمایش برای بررسی میزان دفع ترکیبات خاص مثل پروتئین در ادرار در مدت یک روز انجام میشود، لذا مهمترین نکته در بدست آمدن نتایج صحیح، جمع آوری دقیق و رعایت نکات زیر میباشد:

۱- از ظرف آزمایشگاه ظرف مخصوصی در اختیار شما قرار می گیرد، لذا از جمع آوری ادرار در ظرف دیگری پرهیزید.

۲- ظرف مذکور در برخی آزمایشات جهت پایدار بودن ترکیبات ادرار، حاوی مواد خاص به شکل مایع یا پودر میباشد. از تخلیه آنها خودداری کنید. لازم است بدانید این مواد اغلب اسیدی و سوزاننده میباشد لذا از تماس این مواد با پوست یا لباس خود پرهیزید.

۳- نمونه ادرار خود را به مدت ۲۴ ساعت کامل جمع آوری کنید. به مثالی که در پائین آمده توجه کنید. ظرف را در این مدت ۲۴ ساعت در جای خنک و ترجیحاً در یخچال نگهداری کنید.

۴- پس از جمع آوری ادرار، سریعاً و کمتر از دو ساعت آن را به واحد نمونه گیری آزمایشگاه تحویل دهید.

مثال:

اگر قرار باشد شما از ساعت ۸ صبح ادرار خود را جمع آوری کنید، راس ساعت ۸ به توالی بروید و تمامی ادرار خود را در توالی بریزید (جمع نکنید). از این لحظه به بعد هر بار که به دستشویی میروید ادرار خود را به طور کامل در ظرف بریزید. در ساعت ۸ صبح فردا به دستشویی بروید و تمامی ادرار خود را در ظرف بریزید. یادآوری می شود مهمترین نکته در این آزمایش جمع آوری صحیح نمونه میباشد

جمع آوری ادرار تمیز در خانمها

مراجعه کننده محترم این آزمایش برای بررسی عفونت ادراری و سایر پارامترها انجام میشود. با توجه به اینکه انتهای مجرای ادرار میتواند آلوده به انواع باکتری ها باشد که ربطی به عفونت ادراری ندارد و میتواند روی نتایج بدست آمده اثر گذارد ، لذا به این نکات قبل از نمونه گیری دقت نمائید.

۱- بهترین نمونه برای آزمایش اولین ادرار صبحگاهی میباشد. پیش از نمونه گیری ادرار زیاد آب ننوشید چون باعث رقیق شدن ادرار میشود.

۲- مسئول نمونه گیری را از هرگونه داروی مصرفی مطلع کنید. از طرف آزمایشگاه ظرف استریلی به شما داده می شود. آن را قبل از زمان نمونه گیری باز نکنید و در حین نمونه گیری هم از تماس دست یا سایر نقاط بدن با سطح داخلی آن پرهیزید.

۳- با یک دست لب های ناحیه تناسلی را از هم باز کنید و در طول نمونه گیری باز نگه دارید. توسط پنبه و صابون دستشوئی، اطراف ناحیه خروج ادرار را کاملا تمیز و خشک کنید. سپس اول ادرار را (۳-۲ ثانیه اول) را اجازه دهید که در توالت تخلیه شود. بعد از آن در حدود ۳۰ سی سی (تا نیمه ظرف) از ادرار خود را در ظرف بریزید.

۵- درب ظرف را بعد از نمونه گیری محکم ببندید و آن را در محل مشخص شده قرار دهید. دقت نمائید مشخصات صحیح شما روی ظرف نمونه گیری قید شده باشد. در صورتیکه نمونه را در منزل میگیرید آن را سریعاً و کمتر از یک ساعت به واحد نمونه گیری آزمایشگاه تحویل دهید.

جمع آوری نمونه ادرار تمیز در آقایان

مراجعه کننده گرامی این آزمایش برای بررسی احتمال وجود عفونت ادراری و نیز برای بررسی برخی پارامترهای دیگر انجام میشود. با توجه به اینکه انتهای مجرای ادرار میتواند آلوده به انواع باکتریها باشد که ربطی به عفونت احتمالی ندارد و میتواند در این آزمایش تداخل کند، لذا به نکات زیر به دقت توجه کنید.

۱- بهترین نمونه برای آزمایش، اولین ادرار صبحگاهی میباشد. پیش از نمونه گیری ادرار زیاد آب ننوشید چون باعث رقیق شدن ادرار خواهد شد.

۲- مسئول نمونه گیری را از هرگونه داروی مصرفی مطلع کنید. از طرف آزمایشگاه ظرفی به شما داده خواهد شد که استریل میباشد لذا آن را قبل از زمان نمونه گیری باز نکنید و در حین نمونه گیری هم از تماس دست و سایر نقاط بدن به داخل ظرف پرهیزید.

۴- در ابتدا مقداری از اول ادرار (۳-۲ ثانیه اول) را در دستشوئی بریزید تا انتهای مجرا با این ادرار تمیز شود. سپس در حدود ۳۰ سی سی (تا نیمه ظرف) را از ادرار پر کنید. دفع کردن ابتدای ادرار در بدست آمدن نتیجه صحیح نهایت اهمیت را دارد ، لطفا در این زمینه دقت نمائید.

۵- درب ظرف را بعد از نمونه گیری محکم ببندید و آن را در محل مشخص شده قرار دهید دقت نمائید مشخصات صحیح شما روی ظرف ادرار قید شده باشد. در صورتیکه نمونه را در منزل میگیرید، آن را سریعاً و کمتر از یک ساعت آن را به آزمایشگاه تحویل دهید.

جمع آوری نمونه ادرار تمیز در کودکان

مراجعه کننده محترم این آزمایش برای بررسی برخی پارامترها و احتمال وجود عفونت ادراری در کودک شما انجام میشود. با توجه به آلوده بودن انتهای مجرای ادرار، اساس نتایج درست ، نمونه گیری صحیح می باشد لذا به نکات زیر به دقت توجه داشته باشید.

۱- مسئول نمونه گیری را از مصرف هرگونه دارو خصوصاً آنتی بیوتیک ها مطلع کنید.

۲- محل خروج ادرار کودک را کاملاً با آب و صابون تمیز کرده و با یک دستمال تمیز آن را خشک نمایید. ترجیحاً کودک را استحمام کنید.

۳- کیسه ادراری را که تهیه کرده اید را باز کرده و به نحو صحیح آن را روی بدن کودک بچسبانید باید نوع کیسه ادراری با جنس کودک شما تطابق داشته باشد.

۴- هر کیسه ادراری حداکثر ۴۵ دقیقه میتواند به بدن کودک متصل باشد. در صورتیکه در این مدت ادرار نکرد باید از کیسه جدیدی استفاده کنید.

۵- حدوداً مقدار ۱۰cc ادرار برای این آزمایش مورد نیاز است. کیسه را بعد از نمونه گیری از بدن کودک جدا کرده و آن را در داخل ظرفی که آزمایشگاه در اختیار شما قرار داده بگذارید (کیسه را داخل آن خالی نکنید). و آن را سریعاً و کمتر از یک ساعت به آزمایشگاه تحویل دهید. در صورت عدم امکان، تا ۶ ساعت میتوانید آن را در یخچال قرار دهید. دقت نمایید مشخصات کودک روی ظرف نمونه قید شده باشد.

۶- با توجه به اهمیت نمونه گیری درست، مجدداً تاکید میشود در این خصوص دقت نمایید چون در صورتیکه نمونه آلوده باشد نمونه گیری باید تکرار شود.

مراجعه کننده محترم در صورتی که نمونه ادرار در منزل تهیه می شود حتماً پس از جمع آوری ادرار را سریعاً به آزمایشگاه تحویل دهید در غیر این صورت باید آن را در جای خنک (مثلاً طبقه پائین درب یخچال) قرار دهید .

۷- نمونه ادرار را تقریباً تا ۶ ساعت پس از جمع آوری می توان در یخچال نگهداری نمود.

راهنمای آزمایش مدفوع جهت بررسی انگل

مراجعه کننده محترم این آزمایش برای بررسی وجود انواع آلودگی های انگلی انجام میگردد جهت بدست آمدن نتایج صحیح لطفاً به نکات زیر توجه کنید:

۱- آزمون آزمایش نیش از بـ نـاشـ تـائـی نـ دارد.
۲- به مدت یک هفته قبل از آزمایش باید از مصرف انواع داروهای ضد اسهال ، ضد اسید معده ، روغن کرچک ، بیسموت و داروهای ضد مالاریا و داروهای حاجب مورد استفاده در رادیوگرافی (عکس رنگی) پرهیز کرده باشید.

۳- تعداد دفعات نمونه مورد نیاز را پزشک شما با توجه به تشخیص خود تعیین می کند، لذا به درخواست پزشک خود دقت کنید. نمونه های سه نوبت را باید در سه روز مجزا گرفته و هر روز آن را تحویل آزمایشگاه داد (از جمع کردن آنها در منزل و آوردن هر سه نمونه در یک روز خودداری کنید).

۴- مقداری از نمونه مدفوع را در ظرفی که از طرف آزمایشگاه در اختیار شما گذاشته شده، قرار دهید . توجه کنید جهت بدست آمدن نتایج درست، نمونه شما آلوده به ادرار و یا آب نشود. سعی کنید از قسمتهای که شبیه خلط بوده و یا در صورتیکه خونی است، از قسمتهای خونی نمونه را بردارید. در صورت مشاهده کرم یا هر مورد مشکوک ، آن را به واحد نمونه گیری اطلاع دهید.
۵- نمونه گرفته شده را خصوصاً در صورتیکه خونی یا اسهالی میباشد، سریعاً و کمتر از یک ساعت به واحد نمونه گیری آزمایشگاه تحویل دهید و از نگهداری و تحویل چند نمونه با هم خودداری کنید .

جهت گرفتن جواب طبق تاریخ وساعت قید شده در قبض مراجعه نمایید.

آزمایش مدفوع از نظر خون مخفی (occult blood)

مراجعه کننده گرامی این آزمایش برای بررسی احتمال وجود خونریزی بسیار اندک در دستگاه گوارش انجام میگیرد، جهت بدست آمدن نتایج صحیح و تصمیم گیری درست تر برای شما لطفاً به نکات زیر دقت فرمائید:

- ۱- خوردن برخی غذاها و داروها تا ۷۲ ساعت قبل از نمونه گیری می تواند روی نتایج بدست آمده اثر بگذارد و گمراه کننده باشد، لذا از مصرف این مواد خودداری کنید. این مواد شامل: سبزیجات خام، گوشت خوب پخته نشده، انواع میوه ها در صورتیکه به شکل خام مصرف شوند شامل: کاهو - گوجه فرنگی - سلنم - انگور - پرتقال - سیب - موز - آلو - خربزه - هندوانه و انواع داروها شامل: آسپرین - ترکیبات آهن - انواع داروهای ضد التهاب و ویتامین C می باشد. لذا هر نوع داروی مصرفی طی این مدت را به اطلاع مسئول نمونه گیری برسانید تا وی آنها را یادداشت کند. در صورتیکه مدفوع با بتادین یا با ادرار آلوده شود نیز میتواند نتایج گمراه کننده بدست آید.
- ۲- خونریزی از لته ناشی از مسواک زدن شدید و نخ دندان از ۷۲ ساعت قبل از نمونه گیری میتواند گمراه کننده باشد، لذا در این خصوص دقت نمائید.
- ۳- از مخلوط شدن نمونه مدفوع با ادرار و سایر مواد خودداری کنید.
- ۴- نمونه را سریعاً و در ظرف یک ساعت به واحد نمونه گیری آزمایشگاه تحویل دهید.
- ۵- در صورتیکه پزشک برای شما سه نوبت آزمایش درخواست کرده باشد، به این نکته دقت داشته باشید.

*چند نکته مهم در مورد آمادگی های لازم قبل از انواع آزمایش

نام آزمایش	آمادگی لازم قبل از آزمایش
قند ناشتا (FBS)	۸ تا ۱۲ ساعت ناشتایی.
تری گلیسرید (TG) ، کلسترول (CH) از چربی های خون	۱۲ تا ۱۴ ساعت ناشتایی، شب قبل غذای سبک میل کرده باشند.
اوره (UREA)	۴۸ ساعت بهتر است از رژیم غنی گوشت اجتناب شود. ۴ تا ۸ ساعت ناشتایی کافی است.
آهن و کلسیم (Ca , Fe)	ترجیحاً ناشتا و در غیر این صورت ۱۴ ساعت عدم مصرف غذای سنگین
آنزیم های کبدی (Alp , SGOT , SGPT)	۵ تا ۸ ساعت ناشتایی

<p>۱۲ ساعت ناشتایی، رعایت یک رژیم پر کربوهیدرات برای ۳ روز قبل از آزمایش</p>	<p>تست تحمل گلوکز (GTT)</p>
<p>ترجیحا نمونه اول صبح.</p>	<p>آزمایش ادرار (Urine)</p>
<p>در صورتی که اخیرا معاینه پروستات شده اید آزمایش را حداقل یک هفته به تعویق بیندازید. حداقل باید ۴۸ ساعت از آخرین انزال (مقاربت یا دفع منی به هر نحو) گذشته باشد.</p>	<p>آزمایشی PSA جهت افتراق توده های خوش خیم و بدخیم پروستات در آقایان</p>
<p>۱۲ ساعت ناشتایی.</p>	<p>(GH) هورمون رشد</p>
<p>۸ ساعت ناشتایی، داشتن آرامش روحی و عدم تحرک قبل از آزمایش. باید حداقل ۲ ساعت و حداکثر ۳ ساعت بعد از بیدار شدن نمونه خون بدهند. نمونه هایی که زودتر از این زمان تهیه شوند ناشی از خواب را نشان خواهند داد . در شب قبل از آزمایش، لباس گشاد و راحت بپوشند و از پوشیدن لباس های تنگ خصوصاً در ناحیه سینه و پستان ها اجتناب نمایند. معاینه و نیز تحریک پستان ها طی ۲۴ ساعت قبل موجب اشتباه آزمایش می شود . بیماران باید از نزدیکی و تماس جنسی در شب قبل خودداری کنن طی ۱۲ ساعت قبل از انجام آزمایش از ورزش فعالیت های شدید بدنی خودداری نموده و مصرف قرص های ضد بارداری، کلروپرومازین و متیل دوپا را طبق نظر پزشک معالج قطع نمایند. استرس در زمان انجام آزمایش خصوصاً در طی ۳۰ دقیقه پیش از آن موجب نتایج اشتباه می شود.</p>	<p>(Prolactin) پرولاکتین این آزمایش در اختلالات هورمونی از جمله به هم خوردن نظم عادت ماهیانه در خانم ها و نیز بیماران مشکوک به تومور هیپوفیز کمک کننده است.</p>
<p>انجام این آزمایش نیاز به ناشتا بودن ندارد.</p>	<p>تست چالش گلوکز (GCT)</p>
<p>نیازی به ناشتایی ندارد.</p>	<p>آزمایش تیروئید (TSH/T3/T4/T3UP/FT4/FT3)</p>

آزمایش معده (پادتن ضد میکروب هیلکوباکتر پیلوری)	بهتر است که بیمار شب قبل غذای چرب مصرف نکنند.
فسفر (P) اسید اوریک (U.A)	۸ ساعت ناشتایی

جهت گرفتن جواب طبق تاریخ وساعت قید شده در قبض مراجعه نمایید.

نویسنده وگرددآورنده حسین میری

کارشناس اداره امور آزمایشگاه ها دانشگاه علوم پزشکی سبزوار