

RECOMENDACIONES PARA LA REALIZACIÓN DE EXÁMENES

Una IPS
con *corazón*
cerca de usted

MUESTRA DE ORINA

Debe hacer aseo completo de los genitales con agua y jabón, recoger la primera orina de la mañana, eliminando la primera parte de la orina y recoger el restante directamente en el frasco suministrado, el frasco debe ser destapado solamente en el momento de la recolección. La muestra debe conservarse en nevera y llevar al laboratorio lo más pronto posible.

SECRECIÓN DE HERIDAS

- No debe aplicarse tópicos (cremas, ungüentos, paños, sales, plantas medicinales, entre otros) tres (3) días antes de la toma de la muestra.
- No tomar antibióticos mínimos seis (6) días antes del examen.
- Realizar lavado de la herida externamente con paño o gasa estéril.
- Preséntese en el laboratorio clínico de la sede en la cual consulta, teniendo en cuenta los horarios establecidos.

PROLACTINA

- El paciente debe tener como mínimo ocho (8) horas de ayuno.
- El paciente debe presentarse en el laboratorio máximo a las dos (2) horas de haberse despertado.
- Espere por dos (2) semanas para realizarse este examen, en caso de que su ciclo de sueño se haya alterado (trabajo nocturno, trasnocho frecuente, viaje desde una zona horaria con más de dos horas de diferencia, etc.).
- Evite el estímulo de pezones, lactancia o examen médico de los senos en las 24 horas previas al examen.
- No tener relaciones sexuales el día anterior al examen.
- En caso de tomar tranquilizantes y antidepresivos por favor informarlo antes de la toma de la muestra.
- Preséntese en el laboratorio clínico de la sede en la cual consulta, teniendo en cuenta los horarios establecidos.



ANTÍGENO DE PROSTATA (PSA)

- No tener relaciones sexuales durante tres (3) días previos al examen.
No masturbarse durante tres (3) días previos al examen.
- Si usted ha tenido infección urinaria, debe esperar dos (2) días luego de finalizar el tratamiento para realizarse este examen.
- Preséntese en el laboratorio clínico de la sede en la cual consulta, teniendo en cuenta los horarios establecidos.

PERFIL LIPÍDICO (COLESTEROL, HDL, LDL, Y TRIGLICERIDOS)

- El paciente debe mantener su dieta habitual.
- El día del examen no debe realizar deporte antes de tomarle la muestra.
Evitar el estrés antes y después de la toma de la muestra.
- El paciente debe tener como mínimo ocho (8) horas de ayuno.
- No ingerir bebidas alcohólicas, café, ni fumar el día anterior al examen.
- Preséntese en el laboratorio clínico de la sede en la cual consulta, teniendo en cuenta los horarios establecidos

BK (ESPUTO)

En la mañana, inspire profundamente llenando sus pulmones de aire. Expulse luego la expectoración con un esfuerzo de tos. Recoja el esputo producido dentro del envase tapa rosca tratando de que entre en su totalidad. Limpie el exterior del envase con un pañuelo de papel que luego se desecha y lavase bien las manos con agua y jabón.

Conserve la muestra en la nevera el mayor tiempo posible, hasta que sea llevada al laboratorio.

MUESTRA DE SANGRE

Es necesario ayuno de 12 horas y no haber ingerido bebidas con alcohol 48 horas antes del examen.



MUESTRA DE ORINA 24 HORAS

Esta muestra normalmente se solicita para identificar la depuración de creatinina y proteínas en orina.

- La recolección de la muestra debe iniciarse a las 7:00 a.m. de un día, para que sea terminada el otro día a las 7:00 a.m. y poder llevarla al laboratorio antes de las 9:00 a.m.
- Adquirir un frasco de agua potable, preferiblemente de 5 litros, y en este frasco hacer dicha recolección. Es importante que tenga en cuenta que los frascos de gaseosas, aceites u otros líquidos **NO SON RECOMENDADOS** porque las sustancias que contienen pueden alterar el resultado de los exámenes y afectar la seguridad de la atención y la efectividad de su tratamiento médico.
- Tenga a la mano una vasenilla para orinar durante el día de recolección. Si lo cree necesario, adquiera un embudo que le permita depositar la orina al frasco recolector, teniendo la precaución de que esté completamente limpio.
- Descarte la primera orina de la mañana, para vaciar la vejiga. Inicie la recolección a partir de la segunda orina del día. Debe depositar en este frasco todo lo que orine durante el día y durante la noche, sin descartar o botar nada.
- Durante la recolección de la muestra debe conservar el frasco en la nevera, dentro de una bolsa y teniendo precaución de no contaminar los alimentos.
- Termine la recolección con la primera orina del día siguiente.
- Marcar el frasco con sus datos personales: Nombres y apellidos completos, Documento de identidad y fecha de recolección de la muestra. Tenga la precaución de que la letra sea legible y clara.
- Si su examen es **DEPURACIÓN DE CREATININA**, se debe tomar una muestra de sangre adicional a la orina, por lo cual el paciente debe presentarse en el servicio de toma de muestra el día que termine la recolección de la orina y en ayunas. Adicionalmente debe conocer su talla (lo que mide) y su peso.
- Si su examen es **PROTEINURIA** (Proteínas en orina de 24 horas), no es necesario que el paciente se desplace al laboratorio, puede enviar la muestra de orina con un familiar con la orden, los datos y documentos necesarios.
- Para la buena calidad del resultado de la prueba usted debe recolectar el total de la orina, sin descartar nada y durante el tiempo requerido.



MUESTRA DE ORINA

24 HORAS PARA EXÁMENES DE CATECOLAMINAS – METANEFRINAS Y ÁCIDO VANILMANDELICO

- Recoger la orina de 24 horas siempre dentro del mismo recipiente, conservar la muestra a temperatura refrigeración y protegido de la luz.
- No consumir café, té, banano, vainilla, aspirina, piridoxina, levadopa y amoxicilina durante las últimas dos semanas antes de recoger la orina.

ESPERMOGRAMA

- La muestra para este examen es tomada en el Laboratorio Clínico y se obtiene por masturbación.
- Se requiere de un frasco estéril, el cual es suministrado en el laboratorio clínico.
- Marcar el frasco con sus datos personales: Nombres y apellidos completos, Documento de identidad y fecha de recolección de la muestra. Tenga la precaución de que la letra sea legible y clara.
- Se debe tener abstinencia sexual de mínimo tres (3) y máximo cinco (5) días antes del examen.
- No se debe usar preservativo para recoger la muestra.
- Una vez recolectada la totalidad de la eyaculación se debe entregar la muestra inmediatamente al personal del laboratorio.
- Es importante que el paciente no haya presentado fiebre ni enfermedades virales en el último mes.
- El paciente no debe ingerir alcohol durante 15 días antes a la prueba.
- El paciente no debe estar tomando antibióticos.

ESTUDIO PARA HONGOS: KOH Y CULTIVO

La muestra para este examen es tomada en el Laboratorio Clínico

- Suspender mínimo una semana (7 días) antes del examen el uso de cualquier sustancia aplicada en la zona afectada y el uso de medicamentos para el tratamiento de hongos: cremas, ungüentos, lacas, etc.
- Si la muestra es de uñas, debe retirarse el esmalte tres (3) días antes de la toma del examen.
- No aplicar ningún tipo de crema, talco o desodorantes el día que se va a realizar el examen.
- Preséntese en el laboratorio clínico de la sede en la cual consulta, teniendo en cuenta los horarios establecidos.

CITOLOGÍA FLUJO-VAGINAL

Para la realización de estos exámenes debe tener en cuenta lo siguiente:

- El día del examen debe realizarse el baño normal, teniendo en cuenta hacer un buen aseo de sus genitales.
- La muestra se debe tomar en los días transcurridos entre los cinco (5) días después de terminada la menstruación y los cinco (5) días antes de que inicie su próxima menstruación. Ejemplo: si usted tuvo su menstruación hasta el día 05 del mes y sus ciclos son de aproximadamente 30 días, debe realizarse el examen entre el día 11 y el día 25 de dicho mes.
- No aplicarse tratamientos locales, ni tópicos vaginales (duchas vaginales).
- No tener relaciones sexuales sin preservativo durante tres (3) días antes del examen. En caso de que las tenga debe hacer uso obligatorio de condón.
- Preséntese en el servicio de toma de citologías cervicouterinas de la sede en la cual consulta, teniendo en cuenta los horarios establecidos.



PRUEBA DE TOLERANCIA ORAL A LA GLUCOSA O CURVAS DE GLICEMIA

Al menos tres (3) días antes de la prueba, el paciente debe seguir una dieta normal en calorías. Sin restricción de carbohidratos.

- El día del examen no debe realizar deporte antes de tomarse la muestra.
- El paciente debe tener como mínimo ocho (8) horas de ayuno. Si tiene alguna duda, revise el numeral 2 de este instructivo.
- El paciente debe disponer como mínimo de tres (3) horas para estar en el Laboratorio. A continuación se describen las actividades que realizan durante este tiempo:
Al momento de llegar al laboratorio: se realiza una prueba de glucometria, se toma la primera muestra de sangre y se administra una carga oral de glucosa.
Transcurrida la 1ª hora de la ingesta de la carga, se toma una 2ª muestra de sangre.
Transcurrida la 2ª hora de la ingesta de la carga, se toma una 3ª muestra de sangre.
- No ingerir bebidas alcohólicas, café, ni fumar el día anterior al examen.
- Antes de la toma de la muestra el paciente debe evitar caminar más de 500 metros, en caso que deba de hacerlo debe descansar sentado mínimo por 20 minutos.
- Durante la toma de las muestras e intervalos de espera, el paciente debe permanecer sentado y no debe levantar objetos pesados.
- Teniendo en cuenta que el paciente puede presentar durante la toma, mareos y episodios de vómito, deben asistir con un acompañante mayor de edad que pueda brindarle apoyo en caso de que lo requiera.
- Los pacientes diabéticos debe indicar su condición al personal del Laboratorio en el momento de su llegada, ya que esta prueba está contraindicada para este tipo de pacientes y se debe gestionar con el médico tratante le cambio de la orden.
- Este examen está contraindicado en los siguientes casos:
Pacientes que no están en ayunas.
Pacientes bajo condiciones de stress, después de una cirugía o infección o con corticosteroides.
Una glucosa en ayunas > de 140 mg/dl en dos ocasiones o una glicemia post-pandrial mayor de 200 mg/dl en dos ocasiones en individuos que no están bajo stress. En estos casos se indica que ya el paciente padece de una diabetes mellitus, y por esta razón está contraindicada la realización de la curva de tolerancia.
El vómito es una indicación para cancelar la realización de la prueba.
Pacientes con excesiva hormona de crecimiento, las hormonas adrenocorticales y tiroideas, y las catecolaminas, ya que pueden tener disminuida la tolerancia a la glucosa.
En caso de que se presente alguna de estas contraindicaciones se debe informar al personal para comunicarlo al médico tratante.
- Preséntese en el laboratorio clínico de la sede en la cual consulta a más tardar a las 7:00am.

MATERIA FECAL

Esta muestra se recolecta principalmente para estudios COPROLOGICOS, COPROSCOPICOS y COPROCULTIVOS. La muestra de ser llevada al laboratorio clínico y en el momento de la recolección debe tener en cuenta lo siguiente:

- Se requiere de un frasco estéril, de boca ancha y tapa a presión o tapa rosca, el cual puede solicitar en el laboratorio clínico, toma de citología y atención prioritaria. Este frasco también puede conseguirlo en una farmacia cerca de su residencia o lugar de trabajo.
- Marcar el frasco con sus datos personales: Nombres y apellidos completos, Documento de identidad y fecha de recolección de la muestra. Tenga la precaución de que la letra sea legible y clara.
- Es preferible que realice la deposición durante las primeras horas de la mañana, de tal manera que pueda hacer entrega de la muestra el mismo día. En caso de que no sea posible, procure que la deposición se haga en la noche anterior.
- La deposición debe realizarse en una vasenilla o sobre un papel que no contenga tintes (papel bond, hojas para impresión o papel higiénico). En el caso de los bebés y adultos que usan pañal, debe usarse un pañal con cubierta externa plástica y colocarse al revés; de tal manera que la parte absorbente quede en la parte externa y la plástica en la parte interna haciendo contacto con la piel.
- Luego de la deposición, recolectar una pequeña cantidad de materia fecal en el frasco, aproximadamente del tamaño de cuatro frijoles.
- Tapar el frasco inmediatamente y llevarlo al laboratorio lo más rápido posible. En caso de que la recolección se haga la noche anterior, una vez haga la recolección de la muestra debe lavarse las manos con agua y jabón, almacenar el frasco en una bolsa limpia y conservarla en la puerta del refrigerador hasta el día siguiente, teniendo en cuenta y aplicando todas las precauciones para no contaminar los alimentos. Es necesario conservar la muestra refrigerada, ya que si se deja a temperatura ambiente, pueden crecer bacteria (proliferación bacteriana) y al momento de la interpretación del examen presentarse errores y prescribirse tratamientos médicos inadecuados.
- Preséntese en el laboratorio clínico de la sede en la cual consulta, teniendo en cuenta los horarios establecidos y que se encuentran al inicio de este volante.
- No consumir laxantes ni aceites, ya que la deposición debe ser espontánea.
- La muestra no debe ser recogida del sanitario ya que en éste puede haber otras bacterias y microorganismos que pueden alterar el resultado del exámen.
- Se requiere poca cantidad.
- Llevar la muestra al laboratorio lo antes posible.