

POLIAMBULATORIO PRIVATO  
DAY SURGERY



CENTRO MEDICO PRIVATO  
**LAZZARO  
SPALLANZANI**

REGGIO EMILIA

DIRETTORE SANITARIO  
DOTT. PAOLO SPALLANZANI  
SPECIALISTA IN OCULISTICA

## GUIDA ALLA PREPARAZIONE DELL'ESAME DELLE URINE

Una volta alzati al mattino, si dovrà svuotare la vescica della prima urina; successivamente, nell'arco dell'intera giornata, notte inclusa si procederà alla raccolta in un contenitore, il quale può avere all'interno un liquido conservante.

L'esame delle urine è oramai divenuto un esame medico di routine; tuttavia occorre sempre prestare attenzione a poche e semplici regole comportamentali, al fine di non incorrere in complicazioni per il fisico, e per non alterare il risultato del test finale.

### **Il digiuno**

Per non alterare i parametri del sangue, il paziente deve essere da almeno 8 ore a digiuno, evitando l'assunzione di bevande zuccherate, caffè, alcol e altre sostanze in grado di interagire con le sostanze assimilabili per via ematica. Unica eccezione il consumo di una modica quantità di acqua.

### **Mantenere il proprio regime alimentare**

Nei giorni antecedenti al prelievo, mantenere stabile il proprio regime alimentare aiuta a non alterare il volume del plasma sanguigno, oltre che mantenere l'apporto calorico ideale per il funzionamento del proprio corpo. Perciò è bene consumare nelle dosi abituali carboidrati, proteine e grassi, che fanno parte della propria dieta quotidiana.

POLIAMBULATORIO PRIVATO  
DAY SURGERY



CENTRO MEDICO PRIVATO  
**LAZZARO  
SPALLANZANI**  
REGGIO EMILIA  
DIRETTORE SANITARIO  
DOTT. PAOLO SPALLANZANI  
SPECIALISTA IN OCULISTICA

### **Assunzione di farmaci**

Nel caso in cui il paziente sia soggetto a specifiche terapie farmacologiche, sarebbe meglio evitarne l'assunzione, pena l'interazione delle molecole medicinali col sangue.

Ad ogni modo, tale prassi dipende molto dalla tipologia di terapia in atto, dalle patologie del paziente e dal suo stato di salute.

### **Non effettuare attività fisica prima delle analisi**

Anche l'attività fisica o sportiva incide sui parametri ematici: infatti, specialmente nelle analisi delle urine, possono trovarsi tracce di ematuria da sforzo, che penalizzano l'esito dell'esame; perciò astenersi dall'attività fisica prima di effettuare le analisi di laboratorio – in genere bastano 8-12 ore di riposo - aiuta ad ottenere valori ottimali.

### **La postura all'atto del prelievo**

È statisticamente provato come la postura eretta all'atto del prelievo ematico modifichi il volume plasmatico, oltre che la concentrazione di alcune sostanze; perciò è bene mettere a sedere il paziente per almeno 15 minuti, allo scopo di stabilizzare i valori del sangue, e di dar modo al sistema endocrino di adattarsi al cambio di postura.

Orari reception Centro Medico Privato Lazzaro Spallanzani: dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 20.00, il sabato dalle 8.00 alle 14.00. Per eventuali informazioni, contattare il centralino al numero 0522/303840 o all'indirizzo [info@lazzarospallanzani.it](mailto:info@lazzarospallanzani.it). I referti cartacei, in originale, verranno conservati per 30 giorni.