

## PRELIEVO VENOSO

1. Per la maggior parte degli esami di laboratorio è opportuno, che al momento del prelievo, il paziente sia riposato e digiuno da 8-10 ore.

2. L'ora più indicata per il prelievo è al mattino quando egli è digiuno e riposato dalla sera precedente.

3. La sera precedente il prelievo venoso consumare una cena leggera (niente grassi, salse, frittiture, dolci, vino o liquori) ovvero quella raccomandata dal medico; tuttavia se si osserva la dieta abituale, le analisi possono registrare la reale situazione dell'organismo senza interferenze.

4. E' consigliabile astenersi dal fumo, dal caffè e dall'esercizio fisico, nelle ore immediatamente precedenti il prelievo venoso, perché queste possono creare alcune modifiche nei valori ematici.

5. E' possibile bere acqua prima del prelievo di sangue perché è ininfluenza su qualsiasi metabolismo e non interferisce sui risultati delle analisi.

6. Si consiglia di sospendere l'assunzione di medicinali perché i principi attivi di alcuni possono alterare i risultati analitici.

7. Dopo il prelievo è consigliabile fare colazione perché il digiuno potrebbe causare malessere.

8. Accertarsi che tra gli esami da eseguire, le cui sigle sono stampate sulle etichette, non ci sia qualcuno che richiede un trattamento particolare (esempio tempi precisi, intervalli definiti). In questi casi è necessario organizzarsi prima del prelievo.

9. Procedere al prelievo solo dopo l'esatta identificazione del paziente. Se il prelevatore nota elementi di interesse sanitario durante il prelievo, scaturiti pure da approfondimenti verbali, è tenuto a predisporre nota scritta utilizzata sia in fase di valutazione tecnica, sia in fase di validazione di congruità dei risultati.

10. Durante il prelievo il paziente deve assumere una posizione comoda, con la schiena appoggiata e il braccio ben disteso in posizione rilassata.

11. Qualora il prelievo debba essere effettuato a persona particolarmente sensibile, è opportuno eseguirlo tenendo il paziente in posizione supina.

12. Scegliere il punto dove eseguire la venipuntura evitando le aree con cicatrici, edemi o ematomi.

13. Applicare il laccio emostatico verificando il normale deflusso arterioso. È opportuno che la stasi non sia prolungata e, in certi casi, è meglio procedere al prelievo senza stasi.

14. Disinfettare la zona destinata alla venipuntura con un adeguato antisettico; ridisinfettare se si tocca la zona interessata per meglio individuare il punto esatto.

15. Togliere il cappuccio dall'ago ed eseguire la venipuntura.

16. Inserire la provetta nella camicia ed attenderne il riempimento; disinserire la provetta e continuare allo stesso modo con le successive avendo cura di mescolare quelle contenenti anticoagulante.

17. Finita la venipuntura invitare il paziente a non piegare il braccio ed a tenere ben premuto il batuffolo di cotone sul punto di inserimento dell'ago, senza massaggiare, fino a diversa disposizione del prelevatore. Rimuovere l'ago utilizzando gli appositi contenitori.

18. Le provette contenenti l'anticoagulante vanno capovolte 3-4 volte, lentamente, per far sì che il reagente si misceli con il sangue, evitando così la formazione dei coaguli e/o schiuma di agitazione con alterazioni dell'integrità cellulare.

19. Per i prelievi esterni: le provette vanno riposte in un idoneo contenitore portaprovette e consegnate, entro massimo 2 ore, presso l'Accettazione del Centro.

## **PRELIEVO CAPILLARE**

1. Il sangue capillare si preleva dal polpastrello di un dito o dal lobo dell'orecchio: nei bambini dall'alluce o dal tallone, impiegando sottili lancette sterili monouso.
2. Riscaldare la sede del prelievo, detergere e disinfettare la zona interessata.
3. Raccogliere il sangue dei capillari lasciandolo defluire spontaneamente senza spremiture.
4. Disinfettare con ovatta o con garza sterile.

## **PRELIEVO DOPO STIMOLI**

### **Pulsatilità spontanea**

1. È possibile ricevere una richiesta di esame per più volte a tempi diversi (ad es. la Prolattina a 0'-15'-30'). Questa si effettua con prelievi distanziati nel tempo mediante ago cannula a permanenza in modo che il paziente non subisce stress da prelievo, tra i vari prelievi si mantiene pervia la vena con soluzione fisiologica per favorire i successivi prelievi.
2. Dopo un prelievo basale, il paziente deve eseguire un esercizio fisico intenso per almeno 10 minuti (es. salita e discesa di una scala) e deve ripetere il prelievo subito dopo.
3. Per alcuni esami si consiglia di eseguire un terzo prelievo a distanza di 15 minuti dalla fine dello sforzo fisico per valutare al meglio la funzionalità del test.

### **Curva da carico di glucosio**

1. Nei tre giorni che precedono il test il paziente non deve sottoporsi a diete. All'arrivo in Laboratorio e dopo l'accettazione si effettua un prelievo basale e si determina il glucosio ematico per valutare la glicemia basale. Se il valore è inferiore a 140 mg/dl è possibile eseguire il test da carico; allora si somministra al paziente glucosio per os pari a 1g/Kg peso corporeo (esistono soluzioni già standardizzate da 75 g) da consumare in 5 minuti. Si effettuano i successivi 4 prelievi ai tempi +30', +60', +90', +120' dalla somministrazione dello zucchero e si valuta il livello del glucosio ematico ai vari tempi.
2. Il paziente deve rimanere presso il Centro 2:30 ore durante le quali non potrà mangiare, bere, fumare o passeggiare.
3. Nelle donne in gravidanza si effettuano 3 prelievi a distanza di 1 ora l'uno dall'altro; in tal caso il tempo di permanenza presso il Centro è di 3:30 ore.

### **Glicemia post-prandiale**

1. Quando viene richiesto un prelievo post-prandiale, il paziente dovrà eseguire un prelievo basale a digiuno e un altro 2 ore dopo un pasto completo.

### **Glicosuria frazionata**

1. Il paziente non deve osservare nessun comportamento particolare. L'esecuzione del test prevede la raccolta delle urine durante la giornata (ore 8, 12, 16, 20).

2. Su ogni recipiente deve essere il periodo di raccolta; i recipienti contenenti le urine devono essere conservati in frigorifero fino al trasferimento in laboratorio.

### Test allo xilosio

1. Si somministrano per os al bambino 5 g di xilosio diluito in acqua (all'adulto 25 g). Si esegue un prelievo di sangue dopo un'ora dalla somministrazione della sostanza. E' preferibile raccogliere contemporaneamente le urine nelle cinque ore successive dall'assunzione di questo zucchero per valutarne la sua presenza.

### Test alla clonidina

1. Si effettua un prelievo basale e si somministra per os al paziente 0.075 mg/mq superficie corporea di Clonidina (prodotto farmacologico CATAPRESSAN 0.150 mg/cp); è consigliata una dose standard di 4 mcgr/Kg peso corporeo.

2. Si ripetono i prelievi ai tempi diversi, come da richiesta medica e si determina l'HCG.

3. Si consiglia il controllo del paziente durante il test, perché il farmaco provoca sonnolenza ed ipotensione.

### Test al TRH

1. Si effettua un prelievo basale e si iniettano al paziente 0.2 mg di TRH. Si ripetono i prelievi ai tempi diversi e a secondo della richiesta medica, si determina il valore del TSH oppure della Prolattina.

2. Si consiglia il controllo del paziente durante il test, perché la tireotropina provoca nausea, amaro in bocca e stimolo alla minzione con scomparsa dei sintomi dopo pochi minuti dall'endovena.

### Test al GnRH

1. Si effettua un prelievo basale e si iniettano al paziente 0.1 mg di GnRH (RELISORM-L oppure RELEFACT LH).

2. Si ripetono i prelievi ai tempi diversi e, come da prescrizione medica, si determinano gli ormoni richiesti.

## RACCOLTI CON TAMPONI

### Tampone Faringeo

1. Comunicare all'accettazione eventuali terapie farmacologiche.

2. Astenersi dal lavarsi i denti o dall'usare colluttori.

3. Appoggiare il tampone sulla superficie da analizzare e ruotarlo in modo da distribuire il materiale su tutto il campione.

4. Il prelievo si esegue con tampone sotto il controllo visivo con l'aiuto dell'abbassalingua. Il tampone viene fatto passare nella parete posteriore del rinofaringe, specialmente all'altezza

delle cripte tonsillari.

5. Conservare in un terreno di trasporto (prelievi esterni) e consegnare in Laboratorio entro 2 ore.

### **Tampone nasale**

1. Dopo disinfezione delle cavità esterne nasali con sapone o alcool, si allargano le narici e si inserisce il tampone nelle cavità mantenendolo inserito per qualche secondo.

### **Tampone auricolare**

1. Comunicare all'accettazione eventuali terapie farmacologiche e riferire il problema diagnostico all'operatore in modo da consentire un efficace modalità di raccolta. Eseguire pulizia localizzata con acqua o alcool.

2. Introdurre cautamente il tampone nell'orecchio esterno raccogliendo la secrezione da analizzare. Eseguire un tampone per ogni orecchio.

3. Dopo la raccolta seminare su terreni di coltura opportuni oppure introdurre il tampone in terreno di trasporto che consente di conservare il tampone a temperatura ambiente per alcune ore prima della semina.

### **Tampone lacrimale**

1. Si esegue su campione di liquido lacrimale raccolto con siringa o con tampone sterile dall'occhio interessato, dopo aver accuratamente pulito e disinfettato la parte con acqua e sapone.

### **Tampone congiuntivale**

1. Anche in caso di congiuntivite unilaterale, eseguire l'esame su entrambe le congiuntive: ciò serve come controllo per la valutazione della flora indigena.

2. Prelevare il secreto congiuntivale dell'occhio interessato con il tampone, pre-inumidito con soluzione fisiologica sterile, facendolo ruotare sulla rima palpebrale e sul sacco lacrimale.

3. Dopo la raccolta eseguire la semina su opportuni terreni di coltura, oppure inserire il tampone in terreno di trasporto in attesa della semina.

### **Tampone cutaneo da ferita e da essudati**

1. E' importante che la richiesta orienti il laboratorista ad una ricerca specifica in base al sospetto diagnostico del clinico. Una efficace raccolta del campione è possibile solo conoscendo il problema diagnostico.

2. Pulire la lesione o la parte da prelevare con soluzione fisiologica sterile.

3. Applicare il tampone sterile facendolo ruotare sulla superficie da analizzare in modo da distribuire sull'ovatta più materiale.

4. Capelli, peli ed unghie possono essere prelevati ed insemenzati in brodo-culture specifiche.

5. Eseguire la semina su opportuni terreni di coltura od inserire il tampone in un terreno di

trasporto in attesa della semina.

### **Tampone linguale**

1. E' preferibile eseguire il tampone quando il paziente è a digiuno; eventuali residui alimentari potrebbero alterare i risultati.
2. Dopo il prelievo eseguire la semina su opportuni terreni di coltura oppure inserire il tampone in un terreno di trasporto in attesa della semina.

### **Tampone uretrale**

1. Comunicare all'accettazione eventuali terapie farmacologiche e riferire il problema diagnostico in modo da consentire una efficace modalità di raccolta. Per la ricerca di Mycoplasma e Chlamidia ed altri "opportunisti" è necessaria una specifica richiesta.
2. Utilizzare un tampone montato su filo di alluminio con terreno di trasporto. Per le donne, prelevare il secreto con il tampone e riporlo nell'astuccio specifico. Per gli uomini, si consiglia di eseguire il prelievo al mattino prima di urinare.
3. Introdurre il tampone nel meato uretrale per almeno 1-2 cm e prelevare l'eventuale secreto.
4. In caso di emissione spontanea di secrezione, raccogliere direttamente il materiale con il tampone.
5. In assenza di evidente secrezione si raccomanda di fare analizzare il primo mitto di urina al mattino al risveglio.

### **Tampone vaginale e vulvare**

1. 1. Comunicare all'accettazione eventuali terapie farmacologiche e riferire il problema diagnostico all'operatore in modo da consentire una efficace modalità di raccolta.
2. Il prelievo può essere eseguito tutti i giorni tranne che nel periodo del ciclo mestruale.
3. E' necessario evitare rapporti sessuali, bagno in vasca, l'uso di prodotti per l'igiene intima (irrigazioni vaginali) o farmaci ad uso locale (pomate, ovuli, ecc.) nelle 24h precedenti l'esame. Non effettuare lavaggi esterni il mattino prima del prelievo.
4. Il prelievo dal collo dell'utero si esegue dopo aver applicato lo speculum a valve, pulendo accuratamente il collo con cotone sterile asportando, eventualmente, il tappo mucoso.
5. Il tampone sterile viene allora introdotto nel lume del collo per 0,5 - 1 cm e successivamente estratto evitando ogni contatto con la parete vaginale.
6. Nella vulvo-vaginite delle bambine, le secrezioni vaginali si prelevano con tampone sterile nella parte esterna.

## **ALTRI ESAMI**

### **Ammoniemia**

1. Bisogna utilizzare plasma ottenuto con EDTA.
2. Il plasma così ottenuto va immediatamente separato ed analizzato per evitare interferenze con l'azoto, altrimenti presente.
3. Nel caso non sia possibile eseguire subito l'esame, il prelievo va posto in frigo a 2 - 8 °C

per un tempo massimo di 1 ora.

### **Profilo Glicemico**

1. Consiste nell'esecuzione di 5 prelievi in tempi prestabiliti. Il primo prelievo viene eseguito al mattino a digiuno alle ore 8.00; successivamente l'utente viene invitato a consumare la sua abituale colazione e quindi alle ore 10.00 viene effettuato un secondo prelievo. Il terzo prelievo viene effettuato prima del pranzo; dopo che l'utente ha consumato il suo pasto abituale di metà giornata, si fanno trascorrere altre 2 ore dalla sua ultimazione e si esegue il quarto prelievo. Il quinto prelievo viene eseguito alle ore 18.00.

2. Il paziente deve condurre la sua giornata con gli stessi ritmi e le stesse abitudini ed infatti dovrà continuare ad assumere agli stessi ritmi di prima la terapia antidiabetica.

3. I prelievi possono essere eseguiti anche domiciliariamente, dove sussistano le necessità. È comunque necessario concordare l'esame con il Laboratorio.

### **BHCG**

1. Per l'esecuzione di questo test non è necessario il digiuno, pertanto l'utente potrà recarsi in Laboratorio anche dopo aver fatto colazione.

2. Importante sarà fornire al momento del prelievo la data dell'ultima mestruazione.

3. Il prelievo, ove necessario, può essere eseguito anche domiciliariamente

### **Test di Gravidanza**

1. Si esegue sulle urine del mattino. È necessario specificare la data dell'ultima mestruazione.

### **Urine semplici**

1. E' preferibile raccogliere le urine del mattino dopo il risveglio.

2. Raccogliere le urine in un contenitore adeguato. La quantità minima è di circa 20 ml.

3. Cercare di consegnare le urine in un tempo massimo di 2 ore dalla raccolta e scrivere nome e cognome sul contenitore.

### **Urinocoltura**

1. Per la raccolta utilizzare un contenitore sterile con tappo a vite.

2. Comunicare all'accettazione eventuali terapie farmacologiche.

3. La raccolta deve essere effettuata sulle prime urine del mattino o su urine in vescica da almeno 3 ore.

4. Lavare accuratamente i genitali esterni prima della raccolta con soluzioni neutre senza utilizzare disinfettanti.

5. Scartare il primo getto di urina, che serve a pulire l'ultimo tratto delle vie urinarie e raccogliere l'urina seguente nel contenitore sterile facendo attenzione di non toccarlo nelle parti interne e sui bordi e di non bagnare i bordi. La quantità minima è pari ad almeno 20 ml di urine. Scartare l'ultimo mitto di urine.

6. Quando è richiesto specificatamente, raccogliere separatamente in recipienti sterili il primo, il secondo ed il terzo getto.

7. Per la raccolta delle urine nei bambini della prima infanzia, si consiglia di utilizzare il sacchetto di plastica adesivo sterile (prodotto farmaceutico) e di consegnare il campione in laboratorio al più presto possibile.

8. Consegnare le urine in un tempo massimo di 2 ore dalla raccolta e scrivere nome e cognome sul contenitore.

### **Raccolta Urine 24/h**

1. Utilizzare un contenitore ben lavato.

2. E' preferibile cominciare la raccolta al risveglio.

3. Alle 8 del mattino il paziente deve vuotare completamente la vescica e eliminare le urine. Da questo momento il paziente deve raccogliere del contenitore tutte le urine emesse, comprese quelle delle ore 8 del mattino successivo all'inizio della raccolta. Annotare il tempo d'inizio della raccolta. Conservare il contenitore in un luogo fresco.

4. Annotare il tempo finale, la data e la quantità e scrivere nome e cognome sul contenitore.

5. In un tempo massimo di 2 ore dalla raccolta bisogna consegnare le urine in Laboratorio, dove si provvederà alla misurazione precisa del volume. Qualora il paziente voglia portare un campione delle urine raccolte (almeno 10 ml), bisogna mescolare bene il contenuto, misurarlo, versarne una quantità in un contenitore più piccolo e annotare la quantità in ml sul contenitore.

### **Citologico urinario**

1. L'urina va raccolta in un contenitore sterile in qualsiasi momento della giornata.

2. Non raccogliere le prime urine del mattino, è consigliabile eseguire l'esame sulle "seconde" urine.

3. Lavare accuratamente gli organi genitali, scartare il primo mitto per poi raccogliere nell'apposito contenitore l'urina di una quantità pari ad almeno 10 ml. Evitare di toccare la parte interna ed i bordi del contenitore.

4. Nel caso in cui non è possibile portare subito il campione in laboratorio, bisogna aggiungere in parti uguali alle urine alcol etilico al 50%.

5. Per un corretto esame citologico, quest'analisi va effettuata per tre volte in tre giorni diversi.

### **Feci per esame chimico - fisico**

1. Seguire la dieta abituale.

2. Raccogliere il campione in un contenitore adeguato: le feci devono essere emesse su una superficie asciutta e pulita (foglio di carta, plastica o altro) e raccolte con la paletta annessa al contenitore (riempito per metà). Cercare di consegnare il campione in un tempo massimo di 2 ore dalla raccolta, scrivere nome e cognome sul contenitore.

### **Feci per esame parassitologico**

1. Il paziente non deve assumere alcun farmaco o sottoporsi a clistere prima della raccolta e seguire la dieta abituale.

2. Raccogliere il campione in un contenitore sterile: le feci devono essere emesse su una superficie asciutta e pulita (foglio di carta, plastica o altro) e raccolte con la paletta annessa al contenitore (riempito per metà).

3. Cercare di consegnare il campione in un tempo massimo di 2 ore dalla raccolta, scrivere nome e cognome sul contenitore. In caso di impossibilità al recapito immediato delle feci, è possibile ritirare

presso il Centro un contenitore con liquido per trasporto e conservazione dove mettere il campione fino al segno indicato, conservarlo in frigo e consegnarlo il giorno successivo.

### **Feci per esame colturale (coprocultura)**

1. Raccogliere il campione in un contenitore sterile: le feci devono essere emesse su una superficie asciutta e pulita (foglio di carta, plastica o altro) e raccolte con la paletta annessa al contenitore (riempito per metà).

2. Cercare di consegnare il campione in un tempo massimo di 1 ora dalla raccolta, scrivere nome e cognome sul contenitore.

### **Prelievo con tampone rettale (solo per ricerca Salmonella sspp)**

1. Utilizzare un tampone sterile con terreno di trasporto.

Pulire la zona anale con acqua calda senza usare disinfettanti.

2. Inserire il tampone nel canale rettale per circa 2 cm e lasciarlo inserito per 30 secondi muovendolo e ruotandolo contro le pareti mucose.

3. Rimuovere il tampone, inserirlo nel suo contenitore e consegnarlo al Centro.

### **Feci per esame Ossiuri (Scotch test)**

1. Materiale per il prelievo fornito dal Centro: vetrini e capsula Petri portavetrini

2. Materiale per il prelievo non fornito dal Centro: nastro adesivo trasparente

3. Far aderire, prima di dormire, una striscetta di scotch trasparente della sulle pliche anali ed al mattino staccarlo.

4. Applicare la striscetta sul vetrino e consegnare il campione in un tempo massimo di 2 ore dalla raccolta e comunicare all'accettazione eventuali terapie farmacologiche.

### **Feci per Ricerca Sangue Occulto**

1. Comunicare all'accettazione eventuali terapie farmacologiche. È raccomandata una dieta ricca di fibre (ortaggi, frutta, ecc.) e priva di carne, pesce ed uova per i tre giorni precedenti la raccolta.

2. Evitare di lavarsi i denti ed assicurarsi di non avere piccole emorragie (ad es. gengivite, emorroidi, flusso mestruale, ecc.).

3. Raccogliere il campione in un contenitore sterile.

4. Consegnare il campione in un tempo massimo di 2 ore dalla raccolta. Scrivere nome e cognome sul contenitore.

**Raccolta Espettorato per:  
Esame colturale e microscopico BK  
Esame citologico - Ricerca asbesto e siderociti**

1. Al mattino, a digiuno, effettuare adeguata pulizia sciacquando accuratamente il cavo orale con gargarismi ripetuti con acqua.
2. Eseguire l'espettorazione profonda con un colpo di tosse e raccogliere in un contenitore sterile l'escreato; questo materiale deve provenire dalla basse vie aeree e non essere contaminato da saliva (i campioni salivari non sono idonei). Bisogna tossire con forza, in modo da aumentare la quantità di secreto bronchiale che deve essere almeno di 2 ml.
3. Consegnare il campione in un tempo massimo di 2 ore dalla raccolta conservandolo a 4 °C. Se il paziente ha difficoltà ad espettorare si può ricorrere all'uso di mucolitici o espettoranti nei due giorni precedenti l'esame.
4. E' opportuno eseguire questa ricerca su tre campioni, possibilmente in giorni successivi.

**Liquido seminale**

Esame colturale:

1. Il liquido seminale deve essere raccolto in un contenitore sterile a bocca larga e la raccolta può essere effettuata a casa o in laboratorio.
2. Dopo aver lavato la regione genitale con acqua e sapone neutro, raccogliere direttamente nel contenitore il liquido seminale tramite masturbazione.
3. Il campione va consegnato al laboratorio nel più breve tempo possibile.

Esame chimico-fisico - Spermioγραμμα:

1. Per una corretta esecuzione dell'esame è necessario mantenere un periodo di astinenza sessuale di 4-5 giorni (periodi di astinenza maggiori o minori rendono poco significativo l'esame).
2. Il liquido seminale deve essere raccolto esclusivamente in laboratorio, previo appuntamento, in un contenitore sterile a bocca larga.
3. Dopo aver lavato la regione genitale con acqua e sapone neutro, raccogliere nel contenitore il liquido seminale mediante masturbazione, unico modo che consente una corretta valutazione dell'esame. L'eiaculato va raccolto interamente, ogni minima perdita di liquido seminale durante la raccolta va segnalata al laboratorio.
4. Il campione va conservato a 37°C durante l'esecuzione dell'esame.

## **Esame citologico vaginale**

1. Riferire il problema diagnostico all'operatore in modo da consentire un'efficace modalità di raccolta. Il prelievo deve essere eseguito dalla 13° alla 21° giornata, contando come prima quella di inizio del flusso mestruale.
2. Utilizzando lo speculum, prelevare il materiale vaginale con l'ansa di Ayre e strisciarlo delicatamente sul vetrino molato.
3. Lasciare asciugare il vetrino per qualche minuto per poi fissarlo con citospray. Scrivere il nome e cognome della paziente sulla molatura del vetrino e sull'etichetta dell'astuccio/contenitore.

## **Idrossiprolinuria**

1. Per una corretta interpretazione dei risultati ottenuti, si dovrà somministrare al paziente una dieta priva di collagene prima del prelievo.
2. Se ciò non fosse possibile, bisognerà ricorrere ad una dieta almeno a basso contenuto di collagene.
3. Con una dieta priva di collagene si intende una dieta totalmente esente da carne, derivati della carne, pesce, cacciagione, di carne, brodo, brodo concentrato, sugo di carne, budino, gelati, dolci e altri prodotti contenenti gelatina.
4. La carne e derivati della carne possono essere sostituiti da:  
formaggio, uova, prodotti lattici (latte, yogurt, siero del burro), fagioli, piselli e brodi vegetali.
5. Con una dieta povera di collagene si può ingerire una quantità molto restrittiva di carne privata delle cartilagini e dei tendini (per es. ogni adulto può consumare ogni giorno 100 gr. di bistecca di qualità primaria o roast beef).

## **Dieta per il dosaggio della renina**

1. La dieta deve essere iniziata il giorno prima del prelievo.  
Pranzo: 50 gr. di carne di manzo e 50 gr. di pane senza sale  
Cena: verdura senza sale
2. E' da evitare l'assunzione di latte e suoi derivati.
3. E' consentita l'assunzione di the, frutta (solo mele).
4. Dopo il primo prelievo il paziente dovrà passeggiare per almeno due ore senza fermarsi.

## **Istruzioni per il test di Nordin**

1. La paziente deve effettuare una dieta priva di latte e dei suoi derivati (formaggi, burro, yogurt, ecc.) nei due giorni precedenti l'esame.
2. Il giorno precedente l'esecuzione dell'esame, dovrà effettuare entro le ore 19,00 un pasto a base verdure, privo di carne.
3. Dopo un riposo a letto di almeno 10 ore dovrà svuotare la vescica entro le ore 7,00 e successivamente bere circa 250 ml di acqua a basso contenuto calcico (preferibilmente acqua distillata oppure acqua Levissima).
4. Dopo due ore dall'assunzione dell'acqua, sempre a digiuno, dovrà raccogliere le urine direttamente in laboratorio, in apposito contenitore consegnandolo poi agli interessati per il

dosaggio della calciuria, idrossiprolinuria e creatinuria.