

## PREPARAZIONE AL PRELIEVO EMATICO

### DIGIUNO

Vi è accordo unanime sull'opportunità che **il paziente si presenti al prelievo a digiuno da almeno 8 – 12 ore**. In questo periodo possono essere assunte solo modiche quantità di acqua e devono essere assolutamente escluse bevande zuccherate, alcolici, caffè, fumo. Queste sostanze infatti possono rendere inaccurate o addirittura impossibile le quasi totalità delle determinazioni ematochimiche.

### DIETA

Nei giorni che precedono il prelievo **la dieta dovrebbe essere quanto più possibile abituale, evitando brusche variazioni dell'apporto calorico sia in eccesso che in difetto**. In seguito alla riduzione drastica dell'apporto calorico (300/600 calorie/die), infatti, si è riscontrata una diminuzione del volume plasmatico del 30%. Questa alterazione induce rapidi cambiamenti nel sangue che le analisi rivelano. La dieta deve essere abituale anche qualitativamente ovvero con un apporto di carboidrati, proteine e grassi che segua la normale dieta personale.

### FARMACI

Esistono numerosi studi riguardanti l'effetto dei farmaci sui test di laboratorio. Le interferenze possono manifestarsi direttamente o indirettamente a livello analitico. Nel primo caso esse non sono sempre e completamente prevedibili nella loro entità per un'ampia serie di variabili individuali che determinano l'assorbimento, il metabolismo e l'eliminazione del farmaco. Non di tutti i farmaci in commercio sono sufficientemente noti gli effetti collaterali, né vengono analizzate ed indicate le eventuali interferenze a livello analitico. La più corretta preparazione del paziente agli esami ematochimici dovrebbe prevedere la **mancaza assoluta e più prolungata possibile di qualsiasi trattamento farmacologico**. Questa norma deve essere rispettata senza eccezioni in caso di screening o di profili metabolici in persone sane e in soggetti asintomatici.

### ESERCIZIO FISICO

Le variazioni delle attività enzimatiche e di alcuni analiti provenienti dalla muscolatura scheletrica in seguito all'esercizio fisico intensivo e protratto sono fenomeni attesi ed in genere **da evitarsi immediatamente prima del prelievo o nelle 8 – 12 ore che lo precedono**. Questa norma deve essere assolutamente osservata in caso di analisi delle urine per la determinazione della clearance della creatinina.

### POSTURA

È stata quindi proposta come **raccomandazione la posizione “a sedere” per almeno 15 minuti prima di effettuare i prelievi sia nei pazienti ambulatoriali che nei pazienti ospedalizzati**, quando possibile. Nei pazienti mantenuti in tali condizioni (15 minuti a sedere) le variazioni percentuali medie della concentrazione di molti analiti si sono dimostrate intermedie tra quelli che si verificano nel cambio tra le due situazioni posturali estreme (eretta e supina).