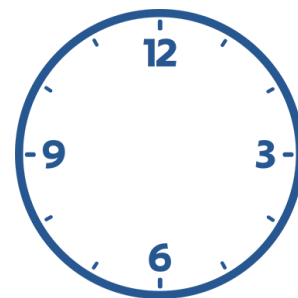


DIGIUNO

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 **mancanza 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

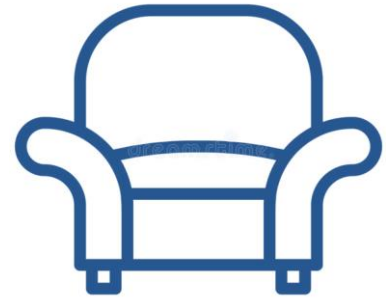
Le variazioni delle attività enzimatiche e di alcuni analiti provenienti dalla muscolatura scheletrica in seguito all'esercizio fisico intenso e protratto sono fenomeni attesi ed in genere **da evitarsi immediatamente prima del prelievo o nelle 8 - 12 ore che lo precedono**. Questa norma deve essere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



POSTURA

Nel passaggio dalla posizione supina a quella eretta si modificano il volume plasmatico, la concentrazione degli elementi figurati del sangue e di alcuni analiti quali ad esempio il calcio (3,43%), il magnesio, il fosforo, la bilirubina, le proteine totali, il ferro (10,93%), i trigliceridi (18,5%), il colesterolo, l' LDL (34%) e le transaminasi (34%).

La risposta individuale ai cambi posturali è assai variabile, probabilmente in rapporto al volume della massa plasmatica, al tasso proteico totale, alle situazioni attuali del tono vascolare e della entità della risposta endocrina.



I dati riferiti suggeriscono l'opportunità che la preparazione del paziente prima del prelievo venga quanto più possibile standardizzata al fine di rendere possibile il corretto confronto fra i dati relativi di un paziente ricoverato (verosimilmente ottenuti da prelievi in posizione supina) e quelli relativi allo stesso paziente, ma ambulatoriale, con prelievi eseguiti "a sedere".

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).