



Ustanova
Glavić

MEDICINSKO-BIOKEMIJSKI
LABORATORIJ

Informativni letak

Kako pravilno prikupiti prvi jutarnji uzorak mokraće

Kako se pravilno pripremiti prije početka prikupljanja uzoraka

- Dan prije nego što ćete prikupiti uzorak mokraće, uzimajte uobičajene obroke hrane i pića.
- Nekoliko dana prije uzimanja uzorka mokraće izbjegavajte konzumaciju namirnica koje mogu promijeniti boju mokraće - kao što su kupine, cikla, šparoge, tamno zelenolisno povrće, špinat, grašak, brokula.
- Uzimajte svoju uobičajenu terapiju koju Vam je propisao liječnik.
- Dan prije uzimanja uzorka mokraće nemojte se teže fizički umarati ili naporno vježbati.
- Analizu nije preporučeno raditi kod žena neposredno prije, za vrijeme i neposredno nakon menstruacije, kao ni kod žena koje imaju vidljiv vaginalni iscjedak.
- Dan prije uzimanja uzorka mokraće izbjegavajte spolne odnose.

Prikupljanje prvog jutarnjeg uzorka mokraće

- Uzorak izbora je srednji mlaz prve jutarnje mokraće nakon noćnog sna, prije doručka i drugih aktivnosti.
- Prije uzimanja uzorka operite vanjsko spolovilo običnom vodom.
- Vrijeme od posljednjeg pražnjenja mjehura treba biti najmanje 4 sata, a najviše 8 sati.
- Ukoliko se dižete za mokrenje usred noći, pokušajte se što je više moguće pridržavati ovih uputa.
- Uzorak mokraće trebate sakupiti u čistu, sterilnu posudu za jednokratnu upotrebu, koja se može dobro zatvoriti. Takve je posude moguće kupiti u ljekarnama.
- Prije nego što počnete s uzimanjem uzorka, na spremnik, napišite svoje ime i prezime, i datum rođenja.
- Dobro zatvorite posudu.
- Uzorak mokraće potrebno je dostaviti u laboratorij unutar 2 sata od prikupljanja uzorka.