



**Επιστημονική Διεύθυνση:** Βασίλης Ι. Σιδεράς

Μεσογείων 6, Πύργος Αθηνών, Αμπελόκηποι 115 27 • Τηλ.: 210 77.77.654 • Fax: 210 77.77.634

website: [www.athenslab.gr](http://www.athenslab.gr) • e-mail: [info@athenslab.gr](mailto:info@athenslab.gr)

## ΣΥΛΛΟΓΗ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΟΥΡΩΝ 24ΩΡΟΥ

### ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΣΘΕΝΗ

Οι ακόλουθες οδηγίες έχουν σαν σκοπό να σας βοηθήσουν στην ορθή συλλογή του δείγματος για την εργαστηριακή εξέταση που έχει παραγγείλει ο γιατρός σας. Μελετήστε πρώτα τις οδηγίες προσεκτικά, βεβαιωθείτε ότι είστε έτοιμος και ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα.

#### Σημείωση:

Είναι σημαντικό να ακολουθήσετε πιστά τις οδηγίες. Τα αποτελέσματα της εξέτασης βασίζονται στη μέτρηση της συνολικής ποσότητας της ουσίας που αποβάλλεται από το σώμα σε μια χρονική περίοδο 24 ωρών. Το αποτέλεσμα που τελικά θα υπολογίσουμε εξαρτάται απόλυτα από τη συλλογή ΟΛΩΝ των ούρων που απεκκρίνονται σε ένα 24ώρο.

Για μερικές εξετάσεις υπάρχουν διαιτητικοί ή/και φαρμακευτικοί περιορισμοί. Συμβουλευτείτε το γιατρό σας ή το εργαστήριο μας πριν την έναρξη της συλλογής του δείγματος. Μπορείτε να πίνετε όσα υγρά πίνετε κανονικά κατά τη διάρκεια του 24ώρου ή σύμφωνα με τις οδηγίες του γιατρού σας.

#### Οδηγίες:

- Προμηθευθείτε ένα δοχείο συλλογής ούρων 24ώρου από το φαρμακείο. Από το εργαστήριο μας μπορείτε να προμηθευθείτε το κατάλληλο συντηρητικό για την εξέταση και του οποίου θα πρέπει να αδειάσετε όλη την ποσότητα μέσα στο δοχείο συλλογής ΠΡΙΝ την έναρξη της συλλογής.
- Σημειώστε το ονοματεπώνυμό σας στην ετικέτα του δοχείου.
- **ΜΗΝ** ουρείτε απευθείας στο δοχείο συλλογής ούρων 24ώρου. Συλλέξτε τα ούρα αρχικά σε ένα άλλο δοχείο (π.χ. ουροσυλλέκτη) και στη συνέχεια ρίξτε τα στο δοχείο συλλογής ούρων 24ώρου.

#### ΗΜΕΡΑ 1

- Μόλις ξυπνήσετε το πρωί, μια προκαθορισμένη ώρα (για παράδειγμα, 7:00 π. μ.), αδειάστε την κύστη σας εντελώς στην τουαλέτα χωρίς να συγκεντρώσετε τίποτα από αυτά τα ούρα. Σημειώστε την ημέρα και την ώρα στην ετικέτα του δοχείου.
- Συλλέξτε ΟΛΑ τα ούρα από την υπόλοιπη ημέρα, το απόγευμα και το βράδυ και για ολόκληρο το 24ωρο. Προσθέστε ΟΛΑ τα δείγματα μέσα στο δοχείο συλλογής ούρων 24ώρου. Ανακινήστε ελαφρά το δοχείο μετά από κάθε προσθήκη δείγματος. Διατηρήστε το δοχείο συλλογής ούρων 24ώρου καλά κλειστό στο **ψυγείο (4°C)**, καθόλη τη διάρκεια συλλογής και μέχρι να μεταφέρετε το δείγμα στο εργαστήριο.

#### ΗΜΕΡΑ 2

- Ακριβώς 24 ώρες αργότερα (για παράδειγμα, 7:00 π. μ.) αδειάστε την κύστη σας εντελώς και προσθέστε το δείγμα μέσα στο δοχείο συλλογής ούρων 24ώρου. Αυτό είναι το τελευταίο δείγμα και συμπληρώνετε έτσι η συλλογή των ούρων 24ώρου.
- Καταγράψτε την ακριβή ώρα ολοκλήρωσης της συλλογής στην ετικέτα του δοχείου.
- Κλείστε καλά το δοχείο και μεταφέρετε το στο Εργαστήριο το συντομότερο δυνατό. Κρατήστε το δοχείο συλλογής ούρων 24ώρου στο **ψυγείο (4°C)** μέχρι να μεταφέρετε το δείγμα στο εργαστήριο.

Εάν είχατε ιδιαίτερες διατροφικές οδηγίες για τη εξέταση, μετά τη συλλογή του δείγματος μπορείτε να επανέλθετε στη κανονική σας διαίτα.