SZPITAL UNIWERSYTECKI NR 2 IM. DR. JANA BIZIELA W BYDGOSZCZY

Przygotowanie do pobrania próbki moczu – zalecenia dla pacjenta

---

A. Poranna próbka moczu – badanie ogólne

Aby wynik badania był wiarygodny prosimy o przestrzeganie poniższych zaleceń:

1. **Dieta i płyny**
   - W dniu poprzedzającym badanie zaleca się stosować umiarkowaną dietę.
   - Przyjmować fizjologiczną ilość płynów.
2. **Aktywność fizyczna**
   - Unikać nadmiernego wysiłku fizycznego w dniu poprzedzającym i w dniu badania.
   - Nadmierny wysiłek może zwiększyć ilość krwinek czerwonych w moczu i podwyższyć stężenie białka oraz ciał ketonowych.
3. **Wstrzemięźliwość seksualna**
   - Zaleca się powstrzymanie od kontaktów seksualnych przed badaniem.
4. **Kobiety**
   - Nie należy pobierać moczu na dwa dni przed spodziewaną miesiączką, w trakcie krwawienia oraz dwa dni po zakończeniu menstruacji.
5. **Higiena przed pobraniem**
   - Przed pobraniem próbki zaleca się zachowanie standardowej higieny narządów moczowo-płciowych
   - Ujście cewki moczowej u kobiet i napletek u mężczyzn należy umyć czystą, ciepłą wodą
   - Osuszyć najlepiej jednorazowym ręcznikiem papierowym.
6. **Pojemnik na mocz**
   - Pobierać mocz do jednorazowego pojemnika opisanego imieniem i nazwiskiem pacjenta.
7. **Sposób pobrania próbki**
   - Próbkę należy pobrać bezpośrednio po spoczynku nocnym w pozycji leżącej, trwającym nie mniej niż 8 godzin. Mocz powinien być gromadzony w pęcherzu przez co najmniej 4 godziny (nawet jeśli pęcherz był opróżniany podczas nocy)
   - Pobrać ok. 50–100 ml moczu ze środkowego strumienia.
   - Pierwszą porcję oddać do toalety, kolejną do pojemnika, pozostałą znów do toalety.

8. **Transport próbki**
    - Szczelnie zamknąć pojemnik i jak najszybciej dostarczyć do punktu pobrań.

SZPITAL UNIWERSYTECKI NR 2 IM. DR. JANA BIZIELA W BYDGOSZCZY

B. Dobowa zbiórka moczu

Dobowa zbiórka moczu pozwala ocenić funkcję nerek i metabolizm organizmu. Prosimy o dokładne stosowanie się do poniższych zasad:

1. **Przygotowanie naczynia**
    - Używać czystego naczynia z przykryciem o pojemności 2–3 litrów.
2. **Rozpoczęcie zbiórki**
    - Rozpocząć zbiórkę o godzinie 6:00 rano w dniu poprzedzającym badanie.
3. **Zasady zbiórki**
    - Pierwszą poranną porcję moczu odrzucić.
    - Wszystkie kolejne porcje zbierać w naczyniu, aż do porannej próbki dnia następnego.
4. **Przechowywanie**
    - Przechowywać naczynie w chłodnym, zacienionym miejscu.
5. **Przygotowanie próbki do punktu pobrań**
    - Po zakończeniu zbiórki dokładnie wymieszać mocz.
    - Zmierzyć objętość całkowitą.
    - Do punktu pobrań dostarczyć około 100 ml moczu w jednorazowym pojemniku.
6. **Informacje na zleceniu**
    - Na zleceniu podać dokładny czas rozpoczęcia i zakończenia zbiórki oraz całkowitą objętość moczu