

COME PREPARARSI AL: PRELIEVO DI SANGUE

PRIMA:



DIGIUNO DI 8-12 ORE

Non modificare le proprie abitudini alimentari il giorno prima del prelievo.

Osservare un digiuno di **8-12 ore prima del prelievo** (14 ore in caso debbano essere

valutati parametri come colesterolo e trigliceridi; per i neonati può essere sufficiente il digiuno di 3-4 ore), astenendosi dal prendere anche **caffè, tè, latte o altre bevande**, fatta eccezione per l'acqua naturale.

EVITARE SFORZI FISICI

Evitare di sostenere sforzi fisici intensi nelle **12 ore prima del prelievo** (anche recandosi in laboratorio mai correre, non utilizzare la bicicletta, non camminare oltre 500 metri).



NON FUMARE O ASSUMERE ALCOOL

Non fumare nel periodo di tempo intercorrente tra il risveglio e l'effettuazione del prelievo.
Non assumere alcool nelle **12 ore precedenti il prelievo**.

NON INDOSSARE INDUMENTI ATTILLATI

Nel periodo invernale non indossare indumenti attillati alle braccia che possono comprimere sul braccio all'atto del prelievo.

EVITARE L'ECESSIVO DIGIUNO

Evitare l'**eccessivo digiuno**, oltre 24 ore, per la conseguente diminuzione di glicemia, colesterolo, trigliceridi, proteine, ormoni tiroidei ed aumento di bilirubina, acido urico e creatinina.

DOPO:

Attenersi scrupolosamente alle indicazioni del Medico Prelevatore.

Posizione corretta:



Braccio rilassato, disteso e mano aperta. Il cotone va premuto a lungo nel punto esatto del prelievo (5-10 minuti), **per evitare il formarsi di ematomi**, così come si consiglia di evitare il sollevamento di pesi dalla parte del lato interessato nelle ore immediatamente successive.

In soggetti con fragilità capillare o in terapia anticoagulante (ma anche in soggetti sani) potrebbero verificarsi lievi ematomi o lividure a seguito del prelievo venoso nella zona della puntura.

Anche in questo caso non c'è da preoccuparsi: è un evento che può accadere, indipendentemente dalla perizia del Medico Prelevatore, in quanto il tappo piastrinico che si forma sulla vena a seguito del prelievo non regge alla pressione ematica, tanto da creare un lieve travaso di sangue sottocutaneo procurando la lividura o ematoma.

Tale inconveniente non porta alcun pregiudizio in quanto la manifestazione scompare nell'arco di qualche giorno.

Per evitare la formazione di ematomi, dopo il prelievo si raccomanda di tenere premuto il cotone sul punto esatto del prelievo senza strofinare né piegare il braccio per almeno cinque minuti.