

JAK NA ODBĚRY S ÚSMĚVEM?



Dodržujte režim

- Nejezte 12 hodin před odběrem, poslední jídlo večer by mělo být lehké.
- Vyhýbejte se fyzické námaze, alkoholu a kouření.



Přijďte nalačno

Dodržujte pitný režim – vodu a neslazený slabý čaj je možno pít bez omezení; jiné nápoje vynechte (kávu, mléko, silný čaj, pivo).

Jak připravit dítě na odběr?

Příprava závisí hlavně na pocitech, které v dítěti převládají. Dítě je k pocitům velmi vnímavé. S dítětem tedy o odběru mluvíte, hlavně klidně. Nestrašte děti doktorem, injekcí nebo odběrem, můžete použít příměr, např. štípne to jako komár. Ujistěte ho, že budete s ním.



Upozorněte na alergie

- Používání hypoalergenních náplastí je u nás samozřejmostí.
- Přesto prosím nezapomeňte vždy upozornit odběrovou sestru, pokud trpíte alergií na dezinfekční prostředky nebo na určitý typ náplastí.



Co dělat při nevolnosti?

Pokud se Vám motá hlava, je Vám horko, nebo se necítíte v nejlepší kondici, nebojte se to říci našim sestram! Vždy upozorněte odběrovou sestru, pokud trpíte nevolností při odběru!

Jak zabránit modřinám?

Neprodleně po odběru krve si na místo vpichu přimáčkněte polštářek na dobu 5 min.



Co se děje s odebranou krví?

Krev je v co nejrychlejší možné době a za dodržení nutných podmínek (teplota, doba transportu) převezena do laboratoře, kde každý vzorek projde vstupní kontrolou a dále pokračuje přípravou podle toho, jaké analýzy jsou požadovány.



Co zkresluje výsledek?

Dočasných vlivů, které silně zkreslují výsledky, je více, např.:

- Pracovní stres
- Větší fyzická námaha
- Požití alkoholu a stimulačních drog
- Únava způsobená nedostatkem spánku
- Cestování letadlem přes časová pásma

Proč se krev odebírá ráno?

- Hodnoty některých parametrů mohou během dne výrazně kolísat a proto jsou referenční meze stanovené pro časně dopolední hodiny.
- Většina odběrů se provádí nalačno a nechceme nechat pacienty hladovět déle, než je nezbytně nutné.

Co když krev neteče?

Napijte se před odběrem. Slabý neslazený čaj nebo voda odběru nevedí, ale naopak napomáhají. „Naředíte“ si tím před odběrem krev, která se pak lépe odebírá.

Odběr ze žíly vs. z prstu

Žíly nemají na rozdíl od prstů nervová zakončení! A proto, ač by to možná málokdo řekl, je odběr ze žíly tím nejméně bolestivým.

Co je nevhodné po odběru?

Po odběru je po zbytek dne nevhodné vystavovat paži, ze které byla krev odebrána jakékoliv větší zátěži. Tzn. vyvarovat se posilovacím cvikům na ruku, nošení těžkých nákupních tašek nebo dětí na dotčené ruce.

Co se nedá zjistit z krve?

Tak toho je opravdu hodně, ale např.

- nálada,
- povaha,
- chuť,
- věk,
- zlozvyky,
- inteligence...

