



## PREPARAZIONE ESAMI DI LABORATORIO

### Digiuno:

- La maggior parte degli esami di laboratorio vanno eseguiti a digiuno di almeno 8-12 ore come specificato nell'elenco dei test eseguibili. Anche quando il digiuno non è richiesto, è sempre consigliabile per la standardizzazione delle condizioni di prelievo.
- Durante questo periodo possono essere assunte solo modiche quantità d'acqua e devono essere escluse bevande zuccherate, alcolici, caffè, fumo.
- Per i neonati, quando possibile, può essere sufficiente un digiuno di 3 ore

### Dieta:

- Nei giorni che precedono il prelievo la dieta dovrebbe essere quanto più possibile abituale sia quantitativamente, evitando brusche variazioni dell'apporto calorico in eccesso o in difetto, sia qualitativamente introducendo le abituali quantità di proteine, carboidrati e zuccheri.

### Esercizio fisico:

- L'esercizio fisico intenso e protratto può indurre delle variazioni di alcuni analiti su siero e urine provenienti dalla muscolatura scheletrica (es. CPK) pertanto è da evitarsi immediatamente prima del prelievo o nelle 8-12 ore che lo precedono.

### Farmaci:

- Salvo indicazioni precise del medico curante è preferibile evitare l'assunzione di farmaci la mattina del prelievo.