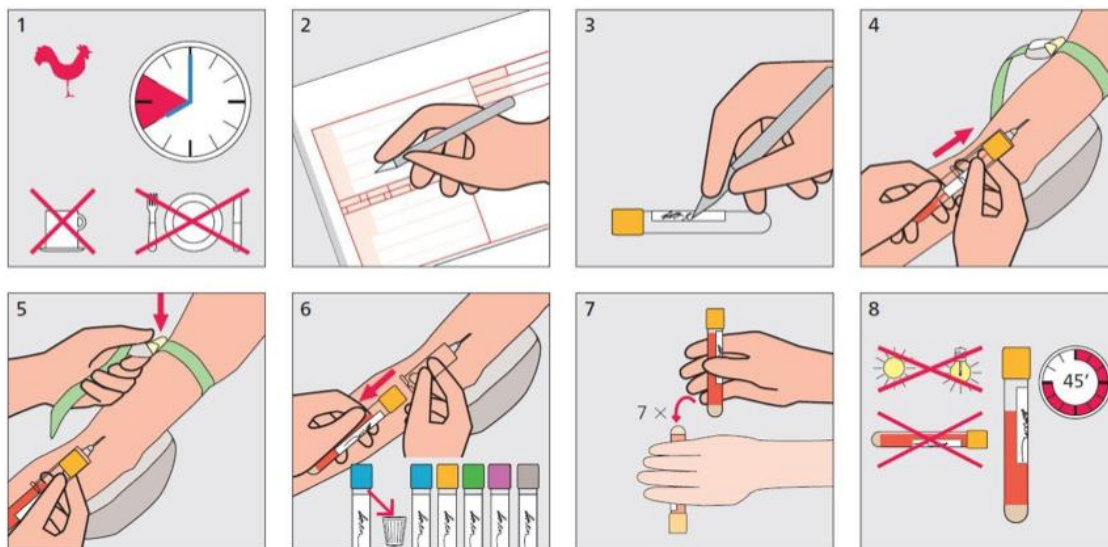


KAKO SE VADI KRV?

U toku vađenja krvi iz vene (venepunkcija) tehničar uvodi iglu kroz kožu do vene. Za vađenje krvi koriste se specijalni vakuum sistemi. Količina krvi koja je potrebna za analizu teče kroz iglu u specijalnu epruvetu ili epruvete. Epruvete se zatim prosljeđuju u laboratoriju gdje se krv analizira onako kako je Vaš ljekar zahtjevao. Najčešće, tehničar punktira venu na unutrašnjoj strani lakta koja je lako dostupna i stavlja povjesku iznad mjesta gdje će vaditi krv kako bi vena postala vidljivija (površina na unutrašnjoj strani lakta nema puno nervnih završetaka tako da je to mjesto izbora; ručni gležanj, šaka i noga su na drugom mjestu). Stisnuvši ruku u pesnicu kada se to od vas zatraži činite da vena postane još istaknutija. Procedura vađenja krvi obično traje manje od 3 minuta. Nakon toga od pacijenta se zatraži da pritisne mjesto uboda kako bi ubrzao zaustavljanje krvarenja i kako bi spriječio stvaranje hematoma (crni ili plavi pečati na mjestu gdje je krv vađena).



UPUTSTVO ZA PRIPREMU PACIJENATA ZA VAĐENJE KRV

1. Uzorak krvi uzimati ujutru nakon noćnog gladovanja, 12 sati poslije zadnjeg obroka.

Hrana dovodi do povećanja koncentracije: glukoze, holesterola, triglicerida, fosfata, proteina, željeza, vitamina i dr.

Dnevne varijacije su veoma značajne kod: željeza, kateholamina, kortizola, ACTH, kortikosteroida ... Krv za hormone stresa (ACTH, prolaktin, kateholamini, kortizol..) vaditi poslije odmora od najmanje 15-30 minuta.

2. Izbjegavati veću fizičku aktivnost **2-3 dana** prije vađenja krvi.

Povećana fizička aktivnost može značajno povećati aktivnost pojedinih enzima (CK, LDH, AST) i nivo kalijuma.

3. Prije vađenja krvi (u dogovoru sa ljekarom) ne uzimati lijekove i preparate koji mogu utjecati na rezultat.

ODREĐIVANJE PROTROMBINSKOG VREMENA KOD PACIJENATA KOJI SU NA ORALNOJ ANTIKOAGULANTNOJ TERAPIJI

1. Terapiju uzimati navečer (poželjno je u isto vrijeme).

2. Krv za određivanje protrombinskog vremena (INR) vaditi ujutru.

Preporučuje se da interval između uzimanja lijeka i vađenja krvi za protrombinsko vrijeme bude **12h**.

Unos hrane sa povećanim sadržajem vitamina K i unos drugih lijekova može da utiče na dobiveni rezultat.

Namirnice sa visokim sadržajem vitamina K su: lisnato povrće, zelena salata, spinat, kelj, kupus, brokule, jabuke, mrkva, paradajz i dr.

MALI SAVJETI NEMATE VIDLJIVE VENE?

Ukoliko to Vaš ljekar dozvoljava popijte 8 do 10 čaša tečnosti dnevno dan ili dva prije vađenja krvi. To će olakšati postupak vađenja krvi. Također, hodanje dok čekate na vađenje krvi ili dok dolazite do laboratorije povećava protok krvi i čini vene "napumpanim" (možete čak odraditi i neke vježbe za ruke ili šake).

IMATE SUHU KOŽU?

Stavljajte hidratantnu kremu i do 4 puta dnevno na kožu cijele ruke. Tako će sama punkcija biti manje bolna.

HLADNE RUKE?

Cirkulacija krvi se povećava kada Vam je toplo i tada je vađenje krvi znatno olakšano. Dok čekate, možete obući kaput ili džemper i pustiti ruku da slobodno pada kako bi se i povećao pritisak krvi u venama.

POSTAJETE NERVOZNI?

Razgovarajte ili se prisetite nečeg prijatnog dok čekate na vađenje krvi kako bi ste smanjili nervozu; možete ponijeti neku interesantnu knjigu ili muziku kako bi se opustili prije vađenja krvi.

OSJEĆATE NESVJESTICU?

Ako ste nervozni i osjećate vrtoglavicu i nesvjesticu recite to tehničaru prije nego što započne vađenje krvi. Vađenje krvi se može izvoditi dok Vi ležite tako da možete da se opustite i osjećate bolje. Pritom ćemo spriječiti gubitak svijesti i mogućnost da se povrijedite. Ukoliko u bilo kom trenutku osjetite vrtoglavicu ili nesvjesticu recite tehničaru ili bilo kome pored vas.

ŠTA RADITI NAKON VAĐENJA KRVI?

Nakon vađenja krvi morate izvjesno vrijeme držati ispruženu ruku i pritiskati mjesto uboda kako ne bi došlo do pojave hematoma. Ukoliko osjećate blagi bol u ruci koristite je što manje možete. Neki testovi se mogu uraditi i iz krvi iz prsta (iz kapilarne krvi). Veoma mali uzorak krvi iz kapilara se može dobiti ubodom prsta, ušne školjke ili kod novorođenčeta iz pete ili nožnog palca. Kompletna krvna slika i manji broj drugih analiza se može uraditi na ovaj način.