

## ESAMI DEL SANGUE: Come prepararsi agli esami ematochimici

### INDICAZIONI

Prima di effettuare un prelievo ematico è importante porre attenzione ad alcune piccole ma importanti regole affinché l'analisi sia il più possibile corretta:

- A. DIGIUNO:** Digiunare da 8 a 12 ore prima del prelievo ematico. In questo periodo possono essere assunte solo modiche quantità di acqua, sono assolutamente vietate bevande zuccherate, alcolici, caffè e fumo.
- B. DIETA:** nei giorni precedenti il prelievo ematico la dieta dovrebbe essere quanto più possibile abituale, senza apportare grandi cambiamenti nelle quantità e nel tipo di cibo.
- C. ESERCIZIO FISICO:** Non fare esercizio fisico nelle 24 ore precedenti il prelievo ematico. Non fare esercizio fisico intenso e prolungato nelle 72 ore precedenti il prelievo ematico.
- D. FARMACI:** Valutare con il proprio medico curante i tempi e le modalità dell'eventuale sospensione delle terapie farmacologiche in atto. I farmaci di cui è richiesto il dosaggio nel sangue devono essere assunti dopo il prelievo.