

دستورالعمل جمع آوری ادرار ۲۴ ساعته

جمع آوری ادرار ۲۴ ساعته روشی استاندارد برای اندازه گیری میزان مواد مختلف در ادرار است. این آزمایش به پزشکان کمک می کند تا وضعیت کلی روزانه عملکرد کلیه ها و متابولیسم بدن را بررسی کنند.

۱. هدف آزمایش

جمع آوری ادرار ۲۴ ساعته معمولاً برای اهداف زیر انجام می شود:

- اندازه گیری سطح مواد مختلف در ادرار، مانند پروتئین، کلسیوم، کراتینین و اسید اوریک.
- ارزیابی عملکرد کلیه ها.
- تشخیص بیماری های متابولیک یا اختلالات هورمونی.

۲. آمادگی قبل از آزمایش

مشاوره با پزشک

- ممکن است پزشک توضیحاتی درباره داروهایی که باید قطع شوند یا تغییرات غذایی که باید انجام دهید، ارائه دهد.

رژیم غذایی

- به طور کلی از مصرف مواد خاصی که ممکن است بر نتایج آزمایش تأثیر بگذارد، مانند کافئین، الکل، و مواد رنگی (مانند چای سیاه، ریشه چغندر) خودداری کنید.
- تأکید بر مصرف آب کافی برای جلوگیری از کم آبی بدن.

داروها

- در صورت مصرف دارو، با پزشک مشورت کنید که آیا باید آن ها را برای مدتی قطع کنید.

شرایط خاص

- به پزشک اطلاع دهید اگر باردار هستید، زیرا ممکن است نیاز به تغییرات در پروتکل آزمایش باشد.
-

۳. مراحل جمع‌آوری ادرار

۱. تجهیزات مورد نیاز

- **راینه‌های ادراری:** یک ظرف بزرگ برای جمع‌آوری ادرار به مدت ۲۴ ساعت، که معمولاً دارای نشانگر حجم است.
- **ظروف کوچک:** برای انتقال نمونه به آزمایشگاه (به توصیه پزشک).
- **یادداشت‌برداری:** برای ثبت زمان شروع و پایان، همچنین هرگونه اطلاعات مربوط به هیدراتاسیون یا پروتکل خاص.

۲. شروع جمع‌آوری

- **تاریخ و زمان شروع:** آزمایش باید در یک زمان مشخص آغاز شود (مثلاً ۰۸:۰۰ صبح).
- از ادرار صبحگاهی خودداری کنید. اولین ادرار باید دفع شود و سپس جمع‌آوری ادرار برای ۲۴ ساعت شروع شود.

۳. جمع‌آوری ادرار در طول ۲۴ ساعت

- تمام ادرار (هر بار که ادرار می‌کنید) باید در ظرف بزرگ جمع‌آوری شود، حتی ادرار شب.
- ظرف ادرار باید در مکانی سرد (یخچال) نگهداری شود تا از تجزیه مواد جلوگیری شود.
- در طول جمع‌آوری، فقط آب مجاز است.

۴. پایان جمع‌آوری

- ۲۴ ساعت پس از شروع جمع‌آوری (مثلاً در ۰۸:۰۰ صبح روز بعد) آخرین ادرار نیز باید در ظرف بزرگ جمع‌آوری شود.
- زمان دقیق پایان جمع‌آوری باید ثبت شود.

۴. مراحل پس از جمع آوری

۱. آماده‌سازی نمونه

- پس از جمع‌آوری، حجم کل ادرار باید ثبت شود.
- مقداری از ادرار (معمولاً حدود ۱۰-۲۰ میلی‌لیتر) باید به ظرف نمونه‌گیری کوچک منتقل شود.

۲. انتقال به آزمایشگاه

- نمونه‌ها باید هر چه زودتر به آزمایشگاه منتقل شوند.
- در صورت تأخیر در انتقال، برای جلوگیری از تغییرات در ترکیب ادرار، باید در یخچال نگهداری شوند.

۵. تفسیر نتایج آزمایش

- نتایج به عواملی مانند:
 - مقدار پروتئین
 - حجم ادرار
 - مواد معدنی (مثلاً کلسیم) و مواد مغذی (مثلاً ویتامین‌ها) بستگی دارد.

مقادیر نرمال برای موارد رایج:

- پروتئین: $24\text{mg}/150 >$ ساعت
 - کلسیم: $24\text{mg}/300-100$ ساعت (بسته به سن و جنس)
 - کراتینین: $24\text{mg}/2000-600$ ساعت (بسته به سن و جنس)
- پزشک با توجه به نتایج، ممکن است آزمایش‌های اضافی یا تغییر درمانی را پیشنهاد دهد.
-

۶. نکات مهم

- رعایت زمان بندی: عدم رعایت زمان ۲۴ ساعت می تواند نتایج را مختل کند.
- ثبت دقیق: ثبت هر گونه مصرف دارو یا بیماری های اخیر، می تواند به تفسیر نتایج کمک کند.
- خطاها: نادیده گرفتن ادرار صبحگاهی، عدم جمع آوری همه ادرار طی ۲۴ ساعت و شرایط نادرست نگهداری، می تواند باعث خطا در نتایج شود.