

Zdravstvena njega u kući

Uzimanje materijala za laboratorijske pretrage u kući bolesnika (predanalitika)



Mira Talaja, mag. sestrinstva
Nastavni materijali

Opće upute

- Za pouzdane rezultate mikrobioloških pretraga **od najveće je važnosti:**
 - **odabir odgovarajućeg uzorka kliničkog materijala**
 - **njegovo pravilno uzimanje**
 - **dostava i/ili privremeno čuvanje**
 - **ujedno i najveći rizik**



Uzorak mora:



- ✓ poticati s mjesta infekcije kako bi se otkrio etiološki uzročnik
- ✓ biti uzet u pravilu prije početka antimikrobne terapije
- ✓ biti pohranjen u sterilnu posudicu, dobro zatvoreno
- ✓ treba izbjegavati kontaminaciju fiziološkom florom
- ✓ posudica s uzorkom treba biti pravilno označena imenom i prezimenom bolesnika
- ✓ što brže pravilno transportirati u laboratorij

Materijal se uzima:

- u ambulantama
- na bolesničkim odjelima
- u kući bolesnika
- dostava - mikrobiološki laboratorij u preporučenom roku
- dostavu mikrobioloških uzoraka organizira:
 - mikrobiološki laboratorij/ **znj u kući** poštujući pravila transporta i hladnog lanca
- napisati **tko je uzeo materijal** za pretragu (krv, urin,...)
- pribor za uzimanje mikrobioloških uzoraka nabavlja se u mikrobiološkom laboratoriju, bez naknade
- gotovi mikrobiološki nalazi šalju se
 - dostavom/ e-poštom izabranom liječniku



Uputnica za laboratorijske pretrage

- **Uputnicu znj u kući šalje izabrani liječnik**
- **Podatci na uputnici:**
 - opći identifikacijski podatci bolesnika
 - MBO
 - vrsta uzorka, datum i vrijeme uzimanja dijagnoza i/ili vodeći simptomi
 - laboratorijski/epidemiološki podatci
 - pretraga koja se traži

Uputnica za laboratorijske pretrage

HRVATSKI ZAVOD ZA ZDRAVSTVENO OSIGURANJE

Područni ured	Šifra osigurane osobe
Broj obvezni	
Ime i prezime	
Godina rođenja i Mat. broj osigurane osobe	
Grad/naselje	Ulica i broj
Kat. osig.	Spol
Drž. osig.	Broj boles. liste INO, broj putovnice, europska kartica ZO
Šifra djj. prema MKB	
Evidencijski broj i godina priznate OR/PB	
Č. 20. i 110. Zak o zdr. osig.*	
Broj evidencije prijeve odjeće/bolesti	
/200 PB OR PN TJO / / /	
UPUTNICA ZA LABORATORIJ PRIMARNE ZDRAVSTVENE ZAŠTITE	

Medicinsko-biohemski laboratorij - sjedište, adresa

Molim, traži se

Molim, traže se preventivne laboratorijske pretrage
osiguranih osoba starijih od 50 godina*

Da Ne

M.P.

U _____

M.P.

200 g.

Potpis i faksimil izabraniog doktora

Potpis zatvoren
Tiskanica zaštite

Regionalni ured	Područna služba
MBO	
OIB	
Ime i prezime	
Datum rođenja	
Adresa osig. osobe	
Grad/naselje	Ulica i broj
Kat. osig.	Spol
Drž. osig.	Broj boles. liste INO, broj putovnice, europska kartica ZO
U cijelosti pokriva obvezno zdravstveno osiguranje	
Šifra	
PN TJO	Broj evidencije prijeve ozjeđe/bolesti
OR PB	Evidencijski broj priznate ozjeđe na radu / profesionalne bolesti
UPUTNICA ZA	
Konzilijsama zdravstvena zaštita A	Šifra djelatnosti
Specijalistička zdravstvena zaštita C	Šifra djelatnosti
Bočničko lječenje B	Šifra djelatnosti
Ambulantno lječenje D	Šifra djelatnosti

Upućuje se

(Naziv specijaliste / djelatnosti zdravstvene zaštite)

Šifra djj. prema MKB

Uputna
dijagnoza

Molim, traži se

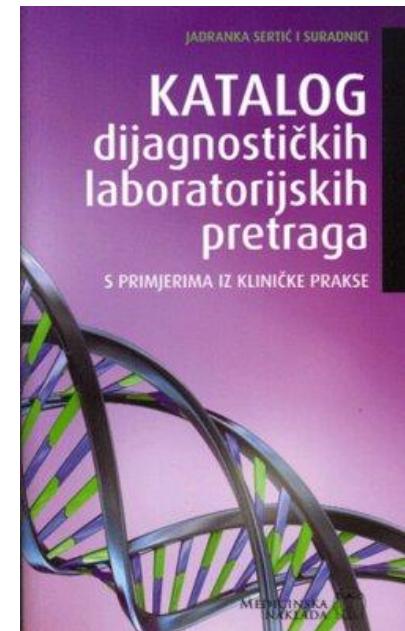


Za uzimanje krvi primjenjuju se:

- ✓ sterilne igle za jednokratnu upotrebu
- ✓ sterilne epruvete za jednokratnu uporabu odgovarajuće zapremine s podtlakom sa ili bez poliesterske smole za odvajanje seruma od stanica

Katalog pretraga

- ✓ navedena boja čepa epruvete u koju se uzorkuje krv za odgovarajuću pretragu
- ✓ količina koja je potrebna
- ✓ specifičnosti vezane uz transport uzimanje uzorka



Pribor:

osnovni pribor za uzimanje krvi:

- ✓ mjere osobne zaštite
- ✓ odgovarajuće epruvete
- ✓ igle različitih veličina
- ✓ držači igala
- ✓ stalci za prikupljanje epruveta
- ✓ dezinfekcijsko sredstvo (70%-tni izopropilni)
- ✓ sterilni jastučići vate
- ✓ flasteri
- ✓ podveska
- ✓ kontejner za infektivni i oštri materijal
- ✓ vodootporan flomaster
- ✓ lancete različitih veličina



Epruvete za uzimanje krvi:

- uzorak krvi se uzima u standardizirane epruvete s podtlakom
- mogu sadržavati različite dodatke (antikoagulanse, konzervanse)
- vrsta dodatka **razlikuje se prema boji čepa na epruveti**
 - plavi čep**
 - koagulacijske pretrage (antikoagulans natrij-citrat 105-109 mmol/L)
 - crveni čep**
 - biokemijske pretrage/serum (bez antikoagulansa)
žuti čepovi ili žuti kolut na crvenom čepu
 - s antikoagulansa; (polistirenske smole za odjeljivanje seruma od stanica)
 - sivi čep**
 - za određivanje glukoze u testu opterećenja (konzervans natrij-fluorid)
 - ljubičasti čep**
 - hematološke pretrage (antikoagulans EDTA)
 - crni čep**
 - sedimentacija (antikoagulans natrij-citrat)

Epruvete za uzimanje krvi



Zadaća medicinske sestre u znj u kući

- Priprema za uzimanje materijala za laboratorijske pretrage (medicinske sestre, materijala, vozila)
- Najava bolesniku
- Uputstva bolesniku o pripremi za planiranu pretragu
- Prilagodba prostora
- Uključivanje obitelji
- Priprema bolesnika
- Provedba planirane pretrage
- Priprema i transport – hladni lanac



Izvori pogrešaka mogu se pojaviti:

- a) prije uzorkovanja (medicinska sestra)
- b) za vrijeme uzorkovanja (medicinska sestra)
- c) poslije uzorkovanja (laboratorij)

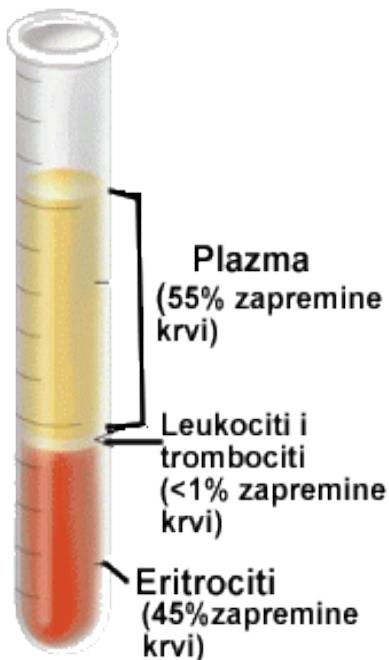
a) Prije uzorkovanja:

- ✓ nepravilna identifikacija bolesnika
- ✓ nepotpuna informacija o bolesniku (mogući utjecaj na rezultate pojedinih pretraga zbog osobitosti vezanih za bolesnika)
- ✓ vrijeme uzorkovanja
- ✓ položaj tijela za vrijeme uzorkovanja
- ✓ stiskanje šake i položaj ruke za vrijeme uzorkovanja
- ✓ nepravilan izbor mjesta uzorkovanja
- ✓ kontaminacija uzorka intravenoznim otopinama i/ili radiološkim kontrasnim sredstvima
- ✓ nepropisna priprema mjesta uzorkovanja

b) Za vrijeme uzorkovanja:

- ✓ produženo držanje podveze
- ✓ nepravilan izbor igle obzirom na veličinu njenog promjera u odnosu na venu i veličina lancete u odnosu na dob bolesnika
- ✓ uzorkovanje u nepropisanu vrstu epruvete s obzirom na aditive
- ✓ uzorkovanje nepravilnim redoslijedom epruveta kod višestrukog uzorkovanja, a obzirom na različite aditive
- ✓ nedovoljno ili nepravilno miješanje epruvete
- ✓ nedovoljan volumen u epruvetama s antikoagulansom

SASTAV KRVI



ERITROCITI

Muškarci: $4,50 - 5,80 \times 10^12/l$
Žene: $3,80 - 5,20 \times 10^12/l$

LEUKOCITI

Odrasli: $4,0 - 10,0 \times 10^9/l$
Deca: (2-7g) $5,0 - 13,0 \times 10^9/l$

TROMBOCITI

Normalne vrednosti: $140-450 \times 10^9/l$

HEMOGLOBIN

Normalne vrednosti:
Muškarci: $130 - 180 \text{ g/l}$
Žene: $115 - 160 \text{ g/l}$

SEDIMENTACIJA ERITROCITA

Normalne vrednosti:
Muškarci: do 10 mm/h
Žene: do 15 mm/h

Redoslijed uzimanja uzoraka krvi:

1. koagulacijske pretrage (plazma), epruveta s antikoagulansom (natrij-citrat), **svijetloplavi čep**
2. biokemijske pretrage (serum), epruveta bez antikoagulansa, **crveni čep**
ova epruveta **ne treba biti prva, OSIM ako iz nje treba odrediti elektrolite**
4. sedimentacija (plazma), epruveta s antikoagulansom (natrij-citrat), **crni čep**
5. hematološke pretrage (puna krv, plazma) epruveta s antikoagulansom (EDTA), **ljubičasti čep**
6. OGTT,epruvete s inhibitorom glikolize (natrij-fluorid), **sivi čep**



Upute za posebno rukovanje uzorkom (analiti osjetljivi na svjetlost)

- *bilirubin, karoten, metrotreksat, porfobilinogen, porfirini, vitamin A i E*
- uzorak je potrebno omotati u foliju odmah nakon vađenja
- do analize pohrantiti na mjestu zaštićenom od svjetla

Upute za posebno rukovanje uzorkom (analiti kojima je potrebno hlađenje)

- *AMONIJAK, laktat, piruvat, gastrin, renin, PTH, katekolamini ACTH, slobodne masne kiseline, aceton, ACE*
- krv se uzima u epruvetu **s ljubičastim ili zelenim čepom**
- uzorak je potrebno staviti u smjesu vode i leda odmah nakon vađenja – **hladni lanac**
- potrebno je izbjeći direktni kontakt uzorka s ledom kako bi se spriječio nastanak hemolize
- **hlađenje duže od 2 sata nije preporučljivo**
- što prije centrifugirati i odvojiti serum ili plazmu



Standardni postupak uzimanja venske krvi:

- uzorak krvi uzima se **ujutro između 7 i 10 sati**
- do uzimanja uzorka krvi bolesnik treba mirovati 15 do 30 minuta
- provjeriti podatke na uputnici
- pripremiti pribor za uzimanje uzorka krvi
- identificirati bolesnika
- objasniti svrhu i tijek pretrage
- dopustiti pitanja
- osigurati bolesniku ugodan položaj
- provjeriti je li bolesnik na tašte/uzima li preparate željeza



Položaj tijela za vrijeme uzimanja uzorka krvi:

- ✓ najčešće antekubitalne vene
- ✓ dorzalne vene na šaci
- ✓ odabrati nedominantnu ruku, ispružiti je preko naslona stolice
- ✓ tražiti pacijenta da stisne šaku, izabrati mjesto uboda laganom palpacijom vene
- ✓ upotrijebiti podvezu iznad mjesta uboda
- ✓ **koristiti najdulje 1 minutu**
- ✓ **za lipide < 1 minute**
- ✓ za određivanje **kalcija, magnezija i željeza ne koristiti podvezu**
- ✓ dezinficirati mjesto uboda, osušiti
- ✓ ubod pod kutem igle od 10-20 stupnjeva desnom rukom
- ✓ ubodom igle 10 do 15 mm postiže se pozicija igle u lumenu vene

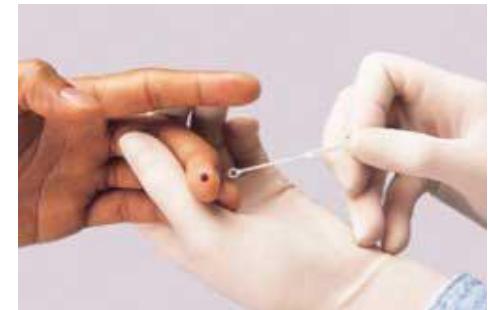


- ✓ rukom kojom smo izvršili ubod pridržavati nosač igala
- ✓ lijevom rukom prinijeti odgovarajuću epruvetu
- ✓ **čim započne istjecanje krvi, otpušta se podveza** i pacijent otpušta šaku
- ✓ nakon uzimanja, staviti jastučić od vate, **čvrsto pritisnuti**
(slab pritisak - stvaranje hematoma)
- ✓ ruku ne savijati
- ✓ ako uzimanje krvi **nije uspjelo**
postupak ponoviti nakon 15 minuta iz druge ruke
- ✓ epruvete bez antikoagulansa ili sa smolom staviti u uspravan položaj, **NE miješati**
- ✓ epruvete s antikoagulansom promiješati lagano nekoliko puta
- ✓ sve epruvete odložiti u USPRAVNOM položaju
- ✓ uzorak krvi **ne smije se uzimati** iz hematoma i infuzijskog sistema



Standardni postupak uzimanje uzorka kapilarne krvi:

- provoditi iz nedominantne ruke
(odrasli iz prstenjaka, ženama i djeci iz srednjeg prsta, a maloj djeci iz pete)
- mjesto **očistiti 70%-tном** otopinom izopropanola , obrisati vatom
- ubod izvršiti lancetom, oštrica položena okomito na otisak prsta
- **prvu kap krvi odstraniti** jastučićem vate, pustiti da se kapljica slobodno stvara
- uzorak krvi navući u kapilaru /skupiti u mikropruvetu bez ili s odgovarajućim antikoagulansom
- nakon uzimanja uzorka krvi - mjesto uboda prekriti jastučićem vate
- mikropruvetu dobro začepiti i
nježno bez miješanja okrenuti 10 puta
- mikropruvetu bez antikoagulansa ne miješati
- epruvete odložiti u uspravnom položaju



Koagulacijske pretrage

za određivanje PV, INR krv se uzima prije uzimanja oralne antikoagulantne terapije

- ✓ testiranja na trombofiliju ne mogu se učiniti u pacijenata na oralnoj antikoagulantnoj terapiji

- ✓ pitati pacijenta prima li antikoagulantnu terapiju
- ✓ potvrđne odgovore o terapiji zabilježiti na uputnicu
- ✓ obilježiti pripremljene epruvete (ime / prezime bolesnika, redni broj bolesnika, MBO)
- ✓ upisati datum /vrijeme uzimanja uzorka krvi



Upute za uzimanje uzorka za analizu sredstava ovisnosti:

- kod prijema uzorka, provjerava se:
 - ✓ podudarnost osobnih podataka (ime, prezime i godina rođenja, MBO) na uputnici i osobnoj iskaznici
- uzorak mokraće se ne prihvata:
 - ✓ kad se podatci ne podudaraju
 - ✓ ako nisu uzeti u drugoj zdravstvenoj ustanovi, pod nadzorom i dostavljeni od strane ovlaštenog osoblja
- prilikom prijema uzorka mokraće koji su uzeti u laboratoriju
 - ✓ osoblje laboratorija provjerava temperaturu mokraće
 - ✓ uzorak hladniji od tjelesne temperature - ne zaprima se



Upute za uzimanje krvi za određivanje lijeka:

- za određivanje koncentracije lijekova (npr. Litij):
 - preporuča se **uzimanje krvi ujutro prije redovnog uzimanja lijeka**
- **upute za uzimanje krvi za pretragu hormona štitnjače:**
 - za određivanje hormona štitnjače preporuča se uzimanje krvi **ujutro prije uzimanja terapije**
- **upute za uzimanje krvi za određivanje prostata specifičnog antiga (PSA)**
 - krv se uzima 8 dana nakon rektalnog pregleda, kateterizacije, vožnje bicikla



Upute za prikupljanje mokraće za određivanje kateholamina:

- ✓ **2 dana prije sakupljanja mokraće (u dogovoru s liječnikom)**
- ✓ prekinuti bilo kakvu medikamentoznu terapiju
ne smiju se konzumirati :
- ✓ kakao, čokolada, kava, čaj, banane, naranče, limun, grejp, kolači ili keksi s dodatkom vanilije
- ✓ mokraću je potrebno skupljati 24 sata u plastične boce
- ✓ mokraći se **nakon trećeg mokrenja dodaje konzervans (10 ml 6 n hcl/l mokraće)** koji se zataži u laboratoriju
- ✓ Tijek skupljanja mokače:
- ✓ Prvi dan se prva jutarnja mokraća izmokri
- ✓ sva ostala količina tijekom dana, uključujući i jutarnju sljedećg dana sakupljaja se u boce - **donijeti u laboratorij isti dan**



Upute za prikupljanje mokraće tijekom 24 sata

- ✓ mokraća se skuplja u čistu, suhu posudu
- ✓ čuva se na hladnom mjestu
- ✓ za vrijeme skupljanja mokraće, pacijent ne smije uzimati diuretike, kavu i alkohol
- ✓ ujutro potpuno isprazniti mjehur u WC
- ✓ skupljati svu mokraću tijekom dana i noći do drugog dana ujutro do istog vremena kao i prethodnog dana
- ✓ jutarnju mokraću drugog dana dodati cjelokupnoj količini u boci (bocama)
- ✓ svu prikupljenu količinu mokraće odnijeti u laboratorij



Upute za uzimanje jednokratne porcije mokraće:

- ✓ uzorak izbora - srednji mlaz prve jutarnje mokraće nakon noćnog sna
- ✓ toalete vanjskog spolovila
- ✓ prije doručka i drugih aktivnosti
- ✓ vrijeme od posljednjeg pražnjenja mjehura
 - najmanje 4, a najviše 8 sati
- ✓ analizu se ne preporučuje raditi kod žena:
 - ✓ neposredno prije
 - ✓ za vrijeme i neposredno nakon menstruacije
 - ✓ kod vidljivog vaginalnog iscjetka
- ✓ uzorak mokraće skupljati u čistu posudu
- ✓ za jednokratnu upotrebu
- ✓ da se može dobro zatvoriti
- ✓ pri transportu do laboratorija - posuda mora ostati zatvorena



Upute za prikupljanje 24 satne mokraće za pretragu porfirina

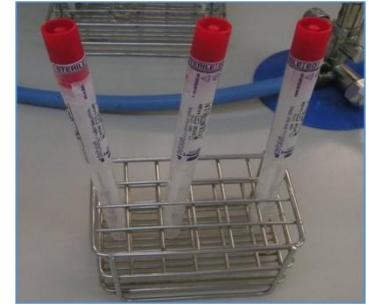
- postupak isti kao i postupak prikupljanja 24 satne mokraće
- Napomena:**
- tijekom sakupljanja potrebno mokraću zaštititi od svjetla
omatanjem posuda (boca) crnim papirom ili aluminijskom folijom



Obrisak nosa

- ✓ potreban je sterilni štapić s vatom i transportni medij
 - ✓ sterilnim štapićem, rotirajućim pokretom obrisati vestibulum nosa
 - ✓ obrisak uroniti u transportni medij i dobro zatvoriti
 - ✓ obrisak dostaviti u laboratorij unutar 24 sata
 - ✓ posebno naznačiti na uputnici pretragu na kliconoštvo
 - ✓ rezultati pretrage dostupni su za 3-4 dana
-
- **Obrisak nosa na kliconoštvo posebno naglasiti**

Obrisak ždrijela



- ✓ potreban je sterilni štapić s vatom za bris i transportna podloga
- ✓ drvenom lopaticom pritisne se jezik i lagano obrišu tonzile tonsilarne lože i ždrijelo
- ✓ ne doticati jezik ili sluznicu usne šupljine
- ✓ vidljive gnojne čepiće na tonsilama treba obrisati
- ✓ obrisak uroniti u transportni medij, dobro zatvoriti
- ✓ dostaviti u laboratorij unutar 24 sata
- ✓ rezultati bakteriološke pretrage dostupni su za 1-3 dana

Obrisak nasofarINKSA



- ✓ potreban je tanki, savitljivi, sterilni vateni štapić i transportna podloga
- ✓ rotirajućim pokretom uvesti vateni štapić u stražnji nasofarinks
- ✓ pustiti da se natopi sekretom
- ✓ obrisak se uzima iz obje nosnice
- ✓ štapić uroniti u transportnu podlogu, dobro zatvoriti
- ✓ dostaviti u laboratorij unutar 24 sata
- ✓ rezultati pretrage mogu se očekivati za 2-4 dana



Prijenos uzorka biološkog materijala

- u prijenosu uzorka iz dislociranih jedinica (**znj u kući o.p.**) materijal prenosi zaduženo osoblje
- **UZORKE NE PRENOSE PACIJENTI**
- uzorci se za prijenos **pripremaju u odgovarajuće stalke**
- **uputnice i popisi** uzetog materijala prenose se **odvojeno od uzorka**
- uzorci **se prenose u zatvorenim sustavima u uspravnom položaju- hladni lanac**
- ako to zahtijeva priroda uzorka, treba se pridržavati posebnih uputa (temperatura, svjetlo)
- **vrijeme od uzimanja uzorka krvi do dostave u laboratorij je 2 sata**



Prijenos uzoraka biološkog materijala do laboratorija



Dopuštena vremena od uzimanja do analize:

- ✓ za opće biokemijske pretrage je 6 sati
- ✓ za mokraću za kvalitativnu analizu je 2 sata
(najkasnije 4 sata)
- ✓ za sedimentaciju eritrocita je 2 sata
- ✓ za kompletну krvnu sliku je 6 sati
- ✓ za pripremu krvnog razmaza je 6 sati

Kako se pripremiti za laboratorijske pretrage

- upute za pacijente

Opće upute prije uzimanja krvi:

- **dan prije uzimanja uzorka krvi potrebno je:**
- izbjegavati intenzivnu tjelesnu aktivnost
- uzeti uobičajene obroke hrane, ne premasne
- **poslije 22 sata uvečer dan prije pretrage:**
- ne uzimati hranu
- piti alkohol, pušiti
- voda se smije piti
- izbjegavati sve lijekove osim onih koje je liječnik odredio kao obavezne 48 sati prije uzimanje krvi
- **za redovite pretrage uzorak krvi od pacijenta uzeti ujutro između 7 i 10 sati**



Posebne upute:

Upute za pripremu pacijenta prije određivanja lipidnog statusa:

- **dva tjedna prije uzimanja uzorka krvi:**
- uobičajeno se hraniti
- izbjegavati promjene u tjelesnoj težini
- **48 sati prije uzimanja uzorka krvi:**
- izbjegavati intenzivnu tjelesnu aktivnost
- ne uzimati alkohol
- **24 sata prije uzimanja uzorka krvi:**
- uzimati uobičajene obroke hrane, ne premasne.
- **12 sati prije uzimanja uzorka krvi:**
- poslije 19 sati uvečer dan prije odlaska u laboratorij ne uzimati hranu,
piti alkohol, kavu, pušiti

Određivanje kolesterola provoditi 8 tjedana od:

- akutnog infarkta miokarda, moždanog udara
- kirurške operacije, traume
- sekundarne bolesti s promjenama u metabolizmu lipida
- akutne bakterijske upale

Upute za pripremu pacijenta prije određivanja željeza

- ✓ 24-48 sati prije uzimanja uzorka krvi **ne piti:**
- ✓ sokove obogaćene vitaminima
- ✓ pića uz dodatak tvari koja pojačava tonus organizma
- ✓ **krv od pacijenta uzeti ujutro između 7 i 10 sati**
(željezo ima značajnu **dnevnu varijaciju i do 70%**)
- **pacijent pod terapijom preparatima željeza i/ili multivitaminskim preparatima obogaćenim željezom:**
kontrola željeza u serumu **izvodi se najmanje:**
- ✓ tjedan do 10 dana nakon peroralnog uzimanja preparata željeza
- ✓ tri dana nakon davanja intravenoznih preparata,
- ✓ mjesec dana nakon intramuskularnog davanja željeza

- **određivanje željeza ne treba provoditi:**
 - u stanju akutne infekcije (lažno snižene vrijednosti)
- **koncentracije željeza u serumu su povećane:**
 - ✓ kod primjene acetilsalicilne kiseline
 - ✓ kloramfenikola
 - ✓ oralnih kontraceptiva
 - ✓ multivitamina
 - ✓ kemoterapijskih agenasa (cisplatine i metotreksata)

Upute za pripremu pacijenta i provođenje testa oralne podnošljivosti glukoze (OGTT) :

- ✓ test se izvodi **ujutro između 7 i 8 sati**
- ✓ pacijent prethodnu noć bio natašte (8-14 sati)
- ✓ tri dana prije toga na uobičajenoj prehrani zasićenoj ugljikohidratima (kruh, riža, tjestenina, krumpir) i bez ograničavanja tjelesne aktivnosti
- **za vrijeme testa (traje 2 sata) pacijent mora:**
 - ✓ mirovati
 - ✓ ne smije pušiti
 - ✓ jesti
 - ✓ piti kavu / druga pića



Upute za pripremu pacijenta i uzimanje stolice na okultno krvarenje:

- ✓ 7 dana prije testa ne preporučuje se uzimati lijekove koji mogu dovesti do krvarenja u probavnom sustavu i pojave krvi u **stolici** (**aspirin, indometacin, fenilbutazon, rezerpin, kortikosteroidi**)
- ✓ test treba **odgoditi** kod **proljeva, menstruacije**
- ✓ **krvarenja iz hemoroida, hematurije**

- **preporučuje se:**
- ✓ analizirati **tri** uzastopne stolice kroz tri dana
- ✓ po dva uzorka s različitih mesta iz svake stolice
- **Preporučeno jesti:**
- dobro kuhanu meso, perad, riba, žitna kaša, kuhanu voće i povrće, kikiriki i drugo koštunjavo voće, kokice, kruh od mekinja, salate



Upute za pripremu bolesnika za pregled stolice na probavljivost

- dijetu provesti 2- 3 dana prije davanja stolice na pregled
- dijeta
- lagana i probavljiva hrana
- ujutro:1/2 litre mlijeka ili čaja, pecivo s maslacem ili meko kuhano jaje
- marenda: juha od prženog brašna
- ručak: 125 g mljevene, polupečene govedine na maslacu
- 150-500 g pire krumpira na mlijeku
- marenda: ista kao i ujutro
- večera: ista kao i doručak