

RACCOLTA URINE 24 H

Per prepararti all'**esame delle urine delle 24 ore**, devi procurarti un contenitore graduato da 2-3 litri in farmacia. Il giorno dell'esame, elimina la prima urina del mattino, annota l'ora e raccogli tutte le minzioni successive—comprese quelle della notte e la prima del mattino seguente, esattamente alla stessa ora annotata il giorno prima. Conserva il contenitore in un luogo fresco.

Fase 1: Istruzioni passo dopo passo per la raccolta

1. **Procurati il contenitore:** Acquista l'apposito bidoncino sterile in farmacia. Non lavarlo e non svuotare l'eventuale liquido conservante all'interno.
2. **Inizio (ore 7:00 del 1° giorno):** Al risveglio, svuota completamente la vescica e **getta** la prima urina. Da questo momento inizia il conteggio delle 24 ore.
3. **Raccolta:** Raccogli ogni volta che urini nel corso della giornata e della notte, versando tutto nel bidoncino.
4. **Fine (ore 7:00 del 2° giorno):** Raccogli l'ultima urina al risveglio del giorno successivo, allo stesso orario in cui hai iniziato il giorno prima (es. alle 7:00).
5. **Conservazione:** Durante le 24 ore, tieni il contenitore ben chiuso in frigorifero o in un luogo fresco e buio.

Fase 2: Dieta ed eventuali restrizioni

In base al tipo di analisi prescritta dal tuo medico (es. per catecolamine, acido 5-idrossindolacetico, o metanefrine), potrebbero esserci restrizioni alimentari da seguire **fino a 3 giorni prima** e per tutta la durata della raccolta:

- **Evitare cibi specifici:** Spesso viene richiesto di evitare banane, pompelmi, noci, avocado, melanzane, pomodori, tè, caffè, cioccolato e vaniglia.
- **Evitare alcolici e fumo:** Astieniti dal consumo di superalcolici e, se possibile, dal fumo.
- **Farmaci:** Informa sempre il medico di eventuali farmaci che stai assumendo, poiché potrebbero interferire con il dosaggio di alcune sostanze nelle urine.



**DOMUS
GRATIAE**
centro diagnostico
TERNI / via Ippocrate, 164
tel. 0744.221025
prenotazioni@cidatsanita.it



MURRI
diagnostica
fisio/inesiterapia
TERNI / via Italo Calvino, 6
tel. 0744.427262
diagnosticamurri@gmail.com



**ORVIETO
DIAGNOSTICA**
centro medico polispecialistico
ORVIETO / via dell'Innovazione, 1A
tel. 0763.32521
orvietodiagnostica@cidatsanita.it



**CENTRO
ATTIVITÀ
MOTORIE**
fisioterapia – diagnostica
visite specialistiche
TERNI / Via del Modulo, 6
tel. 0744.304590
prenotazioni@centroattivitaemotorie3.it



**CENTRO
MEDICO
VALNERINA**
fisioterapia – diagnostica
visite specialistiche
ARRONE / Via Rimembranze, 59
tel. 0744.388626
centromedicovalnerina@cidatsanita.it

Fase 3: Consegna al laboratorio

1. Assicurati che il contenitore sia ben chiuso.
2. Agita delicatamente il bidoncino per miscelare il contenuto.
3. Annota sul contenitore il tuo nome, cognome e il volume totale delle urine prodotte (solitamente calcolato leggendo la scala graduata sul bidoncino).
4. Se indicato dalla struttura, versa una piccola aliquota di urina nel classico barattolino sterile da consegnare, oppure porta direttamente l'intero bidoncino.



**DOMUS
GRATIAE**
centro diagnostico

TERNI / via Ippocrate, 164
tel. 0744.221025
prenotazioni@cidatsanita.it



MURRI
diagnostica
fisio^kinesiterapia

TERNI / via Italo Calvino, 6
tel. 0744.427262
diagnosticamurri@gmail.com



**ORVIETO
DIAGNOSTICA**
centro medico polispecialistico

ORVIETO / via dell'Innovazione, 1A
tel. 0763.32521
orvietodiagnostica@cidatsanita.it



**CENTRO
ATTIVITÀ
MOTORIE**

fisioterapia – diagnostica
visite specialistiche

TERNI / Via del Modulo, 6
tel. 0744.304590
prenotazioni@centroattivitaemotorie3.it



**CENTRO
MEDICO
VALNERINA**

fisioterapia – diagnostica
visite specialistiche

ARRONE / Via Rimembranze, 59
tel. 0744.388626
centromedicovalnerina@cidatsanita.it