



PATSIENT VÕIB UURINGUPROOVI ANDMISEKS PÕRDUDA TEMALE SOBIVASSE PROTSEDUURIKABINETTI

KABINETID ON AVATUD TÖÖPÄEVITI

NB! Lahtiolekuajad võivad muutuda,
ajakohase info leiate kodulehelt www.keskhaigla.ee

Merimetsa Tervisekeskus

Paldiski mnt 68A, III korrus, kabinet 316
avatud 8.00 - 17.00

Pelgulinna Polikliinik

Sõle 16, II korrus, kabinet 128
avatud 8.00 - 15.00

Kopli Polikliinik

Sõle 63, II korrus, kabinet 238
avatud 8.00 - 11.30

Pelgulinna Naistenõuandla

Sõle 23, I korrus, kabinetid 104 ja 116
avatud 7.00 - 14:30

Haabersti Tervisekeskus

Ehitajate tee 137, II korrus, kabinetid 225 ja 226
avatud 8.00 - 15.00

Nõmme Tervisekeskus

Jaama 11, I korrus, kabinet 114
avatud 7.30 - 15.00

Tasuliste laboriuuringute tellimiseks pöörduge
polikliiniku registratuuri. Uuringute loetelu leiate haigla
koduleheküljelt:
www.keskhaigla.ee/kliinikud/diagnostikakliinik/laboratoorium

NB! TÕESTE UURINGUTULEMUSTE SAAMISEKS PEAVAD PROOVID OLEMA KOGUTUD SELLEKS ETTEÄHTUD PROVINÕUSSE!

Proovinõusid saab protseduurikabinetist ning neid on
võimalik osta ka apteegist.



Lääne-Tallinna Keskhaigla

TEADMISEKS PATSIENDILE

VEREPROOVIKS ETTEVALMISTUMISEKS
URIINIPROOVI KOGUMISEKS
VÄLJAHEITEPROOVI KOGUMISEKS
RÖGAPROOVI KOGUMISEKS

Lääne-Tallinna Keskhaigla koosneb 11 kliinikust,
kus patsiendi tervise eest hoolitsevad oma ala
spetsialistid

Lääne-Tallinna Keskhaigla on tehniliselt hästi
varustatud, olles üks parimaid Eesti keskhaiglaid.

Meie haigla on patsiendisõbralik ja hooliv
haigla, kus head tulemused saavutatakse
meeskonnatöoga

Haigla labor on kaasaegne ja innovatiivne, kus
teostatakse uuringuid kiirelt ning kvaliteetselt.
Vastame meeleldi kõigile teie uuringutega
seotud küsimustele!

URIINI KOGUMISE JUHEND PATSIENDILE

Uriini kogumisviis oleneb uuringu eesmärgist. Selleks, et teie uuringu tulemus oleks võimalikult täpne, järgige allpool toodud juhiseid.

- Kõige paremini sobib uuringute teostamiseks hommikune uriin.

- Uriini kogumiseks kasutage ainult selleks otstarbeks ettenähtud ühekordset steriilset plastist proovinõud. Proovi kogumisel hoiduge puudutamast nii nõu kui ka selle kaane sisepinda.
- Soovitatavt ärge sööge ega jooge 8 tunni jooksul enne proovi andmist. Uriini kogumise ja eelmise urineerimise vahe peab olema vähemalt 4-6 tundi.
- Peske ilma seepi ja desinfitseerivaid vahendeid kasutamata puhtaks käed ja välised suguelundid, kuivatage.
- Uuringute tegemiseks on vajalik koguda uriini umbes pool kogumisenõu mahust.
- Kui uuringuks on vajalik keskjoauriin, siis alustage urineerimist WC-potti, uriinijoa keskmine osa urineerige kogumisenõusse ja pärast seda tühjendage põis WC-potti.
- Kui uuringuks on vajalik esmajoauriin, siis esmalt urineerige kogumisenõusse ja pärast seda tühjendage põis WC-potti.
- Märkige oma nimi, proovi võtmise kuupäev ja kellaaeg proovinõule (mitte kaanele). Vajadusel saate abi protseduurikabinetist.
- Tooge uriiniproov proovide vastuvõtu kabinetti (voldiku tagaküljel) hiljemalt ühe tunni jooksul.
- Kui see pole võimalik, võib proovi säilitada külmikus (2-8 °C) maksimaalselt 4 tundi.

NB! Väga oluline on hoolikas pesemine õhtul ja hommikul enne proovi andmist. Proovinõusid saab protseduurikabinetist ning on võimalik osta ka apteegist.

MEELESPEA PATSIENDILE VEREPROOVI ANDMISEL

Paastumise vajaduse, vereproovi andmise kellaaja ning muude võimalike piirangute kohta annab infot raviarst.

- Kui uuring tuleb teostada paastuverest, tuleb olla enne proovi andmist söömata vähemalt 8 tundi (soovituslikult 12 tundi).
- Kui paastumine pole vajalik, ei tohi siiski 8 tunni jooksul enne uuringut süüa rasvast toitu.
- Soovituslik on juua hommikul klaasitäis vett. Ärge tarbige suhkrut ega kofeiini sisaldavaid jooke.
- Ühe tunni jooksul enne vereproovi andmist ärge suitsetage ja vältige füüsilist pingutust.
- Tulge uuringule puhanult, enne verekabinetti sisenemist istuge ooteruumis umbes 15 minutit vereringe tasakaalustamiseks.
- Kui teil esineb allergiaid, (nt lateksi vastu) öelge seda kohe verevõtjale.

Peale vereproovi andmist

- Istuge rahulikult ja avaldage torkekohale survet ca 5 min jooksul, ärge kõverdage kätt!
- Kui tarvitate hüübimisvastaseid ravimeid, öelge seda verevõtjale ja teile pannakse rõhkside (hoidke seda ca 15 min).
- Väike sinikas ja tundlikkus torkekohas on normaalsed nähtused ja mööduvad mõne päevaga.
- Ebapiisavast surve avaldamisest torkekohale võib tekkida suurem verevalum!
- Harvadel juhtudel võib esineda peapööritust, nõrkust või minestamist.
- Kõik verevõtmiseks kasutatavad vahendid on steriilsed ja ühekordsed infektsiooniohu minimeerimiseks. Kui torkekohale tekib põletik, pöörduge kohe arsti või õe poole!

VÄLJAHEITE KOGUMISE JUHEND PATSIENDILE

Väljaheidet (faeces) kogutakse mikrobioloogilisteks, parasitoloogilisteks või peitvere määramise uuringuteks. Selleks, et teie uuringu tulemus oleks võimalikult täpne, järgige allpool toodud juhiseid.

Enne peitvere uuringut

- 72 tundi enne proovi kogumist piirake liha, maksa ja teiste rauda sisaldavate toiduainete tarbimist (nt õunad, paprika, spinat).
- 72 tundi enne proovi kogumist ärge võtke rauapreparaate, põletikuvastaseid ravimeid või kõhulahtisteid.
- Naistel ei ole soovitatav koguda proovi menstruatsiooni ajal.

Enne parasitoloogilist uuringut

- Ühe nädala jooksul ärge kasutage kõhulahtisuse vastaseid preparaate, antibiootikume ega vismutipreparaate (see võib muuta parasiitide morfoloogiat).

Väljaheideproovi kogumine

- Väljaheidet koguge puhtasse nõusse (ööpotti, siibrisse jms)
- Seejärel võtke teile antud proovinõu korgi küljes oleva lusikaga 3-5 lusikatäit väljaheidet proovinõusse (mitte rohkem kui veerand proovinõu mahust)
- Lima ja vere esinemisel väljaheites võtke proov just nendest kohtadest.
- Vältige väljaheidete kogumisel proovi saastumist vee ja uriiniga.
- Märkige oma nimi, proovi võtmise kuupäev ja kellaaeg proovinõule. Vajadusel saate abi protseduurikabinetist.
- Tooge proovinõu nii kiiresti kui võimalik proovide vastuvõtu kabinetti (voldiku tagaküljel). Proovi on keelatud hoida kauem kui 2 tundi toatemperatuuril!

RÖGA KOGUMISE JUHEND PATSIENDILE

Röga kogutakse erinevate uuringute teostamiseks: mikrobioloogilised, tsütoloogilised ja mükobakterioloogilised. Selleks et teie uuringu tulemus oleks võimalikult täpne, järgige allpool toodud juhised.

Röga kogumine

- Proov koguge hommikul pärast tõusmist, enne söömist ja pärast hammaste pesemist.
- Eelnevalt loputage keedetud veega suu ja neel kaks korda.
- Avage steriilne röga kogumise nõu ja kork, asetage need lauale nii, et hoidute puudustamast nii nõu kui selle kaane sisepinda.
- Kõhige röga eritumiseks sügavalt ja koguge eritunud röga proovinõusse, seejärel jälgige, et proovinõusse saaks kogutud 1-2 ml röga ning võimalikult vähe sülgel.
- Märkige oma nimi, proovi võtmise kuupäev ja kellaaeg proovinõule. Vajadusel saate abi protseduurikabinetist.
- Tooge proovinõu nii kiiresti kui võimalik proovide vastuvõtu kabinetti (voldiku tagaküljel).
- Kui see pole võimalik, võib proovi säilitada külmikus (2-8 °C) maksimaalselt 12 tundi.

Proovinõusid saab osta protseduurikabinetist ning neid on võimalik osta ka apteegist.