

## Esame urine.



L'esame urine e' il principale esame da effettuare in un paziente in cui si sospetti una malattia renale.

Da una corretta esecuzione ed interpretazione dell'esame urine si possono ottenere molte informazioni utile per un inquadramento esatto del quadro clinico del paziente. E' un esame sottovalutato ed eseguito oramai in maniera automatica dalla gran parte dei laboratori anche se in alcuni centri nefrologici viene ancora effettuato secondo i canoni classici che comportano, purtroppo, una notevole perdita di tempo ben superiore a quella che e' la remunerazione della tariffa corrispondente. Tuttavia, lo ripetiamo, un corretto esame urine puo' fornire al nefrologo una quantita' notevole di informazioni molto superiore, nella maggior parte dei casi, ad esami piu' blasonati come la TAC o la risonanza.

Perche' abbia il valor che merita l'esame urine deve essere effettuato secondo canoni ben precisi. Esistono delle guide linea internazionali su come seguire l'esame urine che sarebbe opportuno che fossero a conoscenza dei vari laboratori e che e' necessario osservare. (1, 2).

Uno dei punti fondamentali rimane comunque il prelievo del campione di urine da parte del paziente.

Se vogliamo trarre il massimo della utilita' dobbiamo effettuare il prelievo in modo corretto: vediamo come.

Innanzitutto il campione deve essere prelevato a **meta' del getto urinario**.

Poiche' la vicinanza con il mondo esterno rende molto facile l'inquinamento dell'orifizio da cui esce l'urina da parte di batteri, impurita', residui di materiale organico ed inorganico e' sempre buona norma prelevare il campione a meta' del getto di urine e mai all'inizio. Questo rende possibile un certo lavaggio meccanico che aiuta a rimuovere gli elementi estranei. Ricordiamoci che l'esame delle urine viene effettuato con il microscopio e quindi anche piccole impurita' invisibili ad occhio nudo possono essere ben visibili durante l'esame.



In ogni caso per prima cosa e' necessario lavarsi bene le mani con un sapone preferibilmente neutro.

## Procedura nel sesso femminile:

1. Lavarsi le mani
2. Con una mano allargare leggermente le grandi labbra della vagina
3. Lavare i genitali interni con acqua, magari ricorrendo a piccole doccine manuali in modo da far convogliare il getto con abbondante acqua corrente.\*\*
4. Asciugare i genitali con un panno pulito di bucato o con fazzolettino pulito (tipo Kleenex)
5. Cominciare ad urinare sul Water in modo da svuotare all'incirca la metà del contenuto della vescica
6. Riempire il contenitore apposito senza smettere di urinare ed evitando di toccarlo internamente con le mani
7. Continuare ad evacuare totalmente la vescica
8. Chiudere nel miglior modo possibile il contenitore evitando di toccarlo all'interno e di toccare il tappo.



\*\* nel caso in cui non sia possibile usare acqua corrente (come ad esempio nel bagno dell'ospedale o del laboratorio di analisi) sarà buona norma munirsi di appositi fazzolettini imbevuti di liquido rinfrescante ed utilizzarli per pulire adeguatamente i genitali. Pulire i genitali dall'avanti all'indietro utilizzando un fazzolettino nuovo per ogni passaggio, ripetere la manovra almeno 3 volte e procedere con il punto 5

## Procedura nel sesso maschile

1. Rimuovere il prepuzio in modo da liberare la punta del glande
2. Lavare la punta del glande e il punto dove fuoriesce l'urina con acqua, magari ricorrendo a piccole doccine manuali in modo da far convogliare il getto con abbondante acqua corrente\*\*\*



3. Asciugare i genitali con un panno pulito di bucato o con fazzolettino pulito (tipo Kleenex)
4. Cominciare ad urinare sul Water in modo da svuotare all'incirca la meta' del contenuto della vescica
5. Riempire il contenitore apposito senza smettere di urinare ed evitando di toccarlo internamente con le mani
6. Continuare ad evacuare totalmente la vescica
7. Chiudere nel miglior modo possibile il contenitore evitando di toccarlo all'interno e di toccare il tappo.

\*\*\* \*\* nel caso in cui non sia possibile usare acqua corrente (come ad esempio nel bagno dell'ospedale o del laboratorio di analisi) sara' buona norma munirsi di appositi fazzolettini imbevuti di liquido rinfrescante ed utilizzarli per pulire adeguatamente i genitali. Pulire la punta del glande utilizzando un fazzolettino nuovo per ogni passaggio, ripetere la manovra almeno 3 volte e procedere con il punto 5



## Raccolta delle urine delle 24

Caro Paziente, la procedura della raccolta delle urine delle 24 ore è molto importante poiché il risultato che otterremo è strettamente influenzato dalla quantità totale delle urine. Dovremo quindi fare in modo che TUTTE le urine siano raccolte e di non inserire nella raccolta anche quelle della notte precedente. Ecco la procedura corretta: Il giorno in cui inizia la raccolta delle urine si dovrà regolare come segue: La mattina, appena alzato, vada ad urinare e getti via tutte le urine; Cio' serve ad "azzerare" la raccolta svuotando il contenuto della vescica che contiene le urine formatesi durante la notte. Da quel momento in poi, per tutto l'arco della giornata, fino alla mattina successiva, ogni volta che deve recarsi in bagno raccolga le urine in un contenitore. Nel caso in cui dovesse andare di intestino dovrà prima urinare e poi andare di intestino. Il raccoglitore dovrà essere poi portato al laboratorio per gli esami richiesti. In alternativa si potrà usare un contenitore graduato (con intervalli di almeno 100 ml (o cc)) e quindi appuntare la quantità di urina totale e poi, dopo aver agitato il contenitore, prelevarne un campione e portarlo al laboratorio).

