

Porfirinas Urinárias/ Comprehensive Urine Element

Por favor, leia as instruções cuidadosamente antes da coleta.

Na Véspera

- Permanecer em jejum por pelo menos 8 horas devido à **coleta de urina da manhã**. Este Jejum é o suficiente, entre o horário de dormir e o de acordar. Caso **acorde a noite** para urinar devido ao uso de medicamentos ou por hábito, colha a primeira amostra de urina após as **03:30 hs am** e mantenha o frasco **Refrigerado** até a manhã seguinte para enviar ao laboratório.
- Não consumir nenhum tipo de bebida alcoólica durante as 24 horas que antecedem a coleta.
- Diminua o consumo de líquidos em geral para evitar diluição excessiva da urina, água, sopas, frutas com muito líquido (melão, melancia etc), sucos, iogurtes, refrigerantes etc.
- Beber apenas o suficiente para eliminar a sede antes de realizar a coleta no máximo até as 22h00.
- Não é necessário suspender suplementos nutricionais, hormônios ou medicamentos caso estejam em uso. **NUNCA LAVE O TUBO DE COLETA.**

Coleta de urina

1. Esvazie a bexiga antes de dormir a noite (desprezar esta urina);
2. Colete a primeira urina pela manhã no coletor do kit (**pote maior**), **não há necessidade de desprezar o primeiro jato e nem de higiene íntima.**
3. Transfira a urina para os **1 tubo de plástico de tampa Azul**. O tubo tem 14 ml, transfira a urina até 12 ml, tampe-o, faça a transferência usando a **pipeta** descartável;
4. **PREENCHA TODOS OS DADOS** solicitados na etiqueta colada no saco Zip;
5. Coloque o tubo com a coleta dentro do saco plástico; **Os gelinhos em gel devem ser congelados**
6. Leve os tubos ao **Refrigerador** para refrigerar
7. Encaminhar ao laboratório onde foi solicitado o exame ou enviar via Sedex 10 á HealthMetrix no endereço informado no rodapé das instruções.
8. Faça a coleta preferencialmente as Segundas ou Terças-Feiras se possível. Caso esteja fora da cidade de São Paulo, tente realizar a coleta entre o Domingo e a Segunda-feira, enviando a São Paulo o quanto antes via Sedex 10 ou, caso não exista este serviço em sua cidade, via Sedex normal.