

PROGRAMA APRENDER EN SALUD	FICHA EDUCATIVA PREPARÁNDOME PARA: RECOLECTAR ORINA LÍMPIA	
DESCRIPCIÓN GENERAL	<p>Una muestra limpia es un método de recolectar una muestra de orina para su análisis. Este método se usa para evitar que los gérmenes del pene o la vagina ingresen a una muestra de orina. Es normal que los genitales tengan gérmenes, que no deben ingresar a la muestra de orina para que no se generen resultados erróneos al analizarla. Por lo que resulta fundamental que lea completas las siguientes instrucciones</p>	
¿CUÁLES SON LOS RIESGOS?	<p>El riesgo principal al no lograr una muestra limpia, es el de tener resultados erróneos del examen, debido a la recolección incorrecta de la muestra y la manipulación general del recipiente, el tiempo y condiciones de traslado al laboratorio, el etiquetado del vaso con los datos personales, principalmente.</p>	
¿POR QUÉ SE REALIZA?	<p>Los exámenes de laboratorio clínico, incluyendo el de orina llamado también uroanálisis, representan una gran fuente de información para los profesionales de la salud, información que permite realizar o confirmar un diagnóstico, controlar una alteración de la salud o hacer seguimiento al impacto de un tratamiento previo.</p>	
¿CÓMO DEBO PREPARARME?	<p>-Utilizar el frasco suministrado por el laboratorio o comprado en farmacia, solo sacarlo de su empaque cuando se encuentre listo para recolectar la muestra, para no alterar las condiciones higiénicas del mismo que puedan afectar la conservación de la muestra adecuadas.</p> <p>-No tener relaciones al menos 24 horas antes de recolectar la muestra o notificarlo antes en el laboratorio</p> <p>-No estar menstruando, en caso tal notificar antes en el laboratorio</p> <p>-No realizarse baños o duchas vaginales 24 horas antes o notificarlo en el laboratorio</p> <p>-Informar si se están consumiendo medicamentos de forma oral o aplicada en los genitales (incluye óvulos), especialmente antibióticos. El consumo de suplementos, estimulantes o bebidas alcohólicas.</p>	
¿LO QUE SUCEDE ANTES, DURANTE Y DESPUÉS?	<p>Antes: Lave muy bien el área genital de forma normal con agua y jabón.</p> <ul style="list-style-type: none"> • La muestra debe ser entregada en máximo dos horas después de recolectada, si su desplazamiento es largo prefiera recolectarla en el laboratorio. • Recolecte la muestra cuando la orina haya estado en su vejiga durante 2 a 3 horas. • Lávese las manos con agua y jabón abundante y durante al menos 20 segundos, no manipule puertas o cerraduras, llaves, dinero o cualquier otro elemento hasta que haya recogido la orina. • Aliste el recipiente, destápelo y ubíquelo en un lugar limpio (no en el piso), así como una toalla antibacterial, pañito húmedo o de papel <p>Durante:</p> <p>Mujeres: Limpie los labios de la vagina y deje salir orina uno a 3 segundos, conténgala, con su mano dominante separe los labios y ubique con la otra el recipiente en el lugar adecuado para que recoger la muestra, no muy cerca o muy lejos de la vagina sin pujar. Llenar las tres cuartas partes del recipiente.</p> <p>Hombres: Si tiene heridas o cualquier elemento extraño en el pene avise antes al laboratorio. Si no se ha circuncidado corra el prepucio (tela que cubre la punta del pene) hacia atrás y lave muy bien o limpie con una toalla antibacterial, de adentro hacia afuera. Deje salir unos segundos la orina, conténgala y acerque el recipiente al pene para recogerla</p> <p>Después: Tape bien el recipiente y séquelo con la toalla antibacterial o de papel. Lávese nuevamente las manos, séquelas muy bien y marque el recipiente con letra legible con sus nombres y apellidos completos, número de documento, fecha y hora de toma de muestra Si las condiciones de higiene, tiempo de entrega al laboratorio indicado no se cumplen o ante la pérdida de más de la mitad del contenido del recipiente, se debe repetir la toma.</p> <p style="padding-left: 20px;">- Le indicarán el momento de generación de los resultados y las alternativas para recibirlos o reclamarlos</p>	
INFÓRMESE MÁS	<p>Bibliografía Enciclopedia médica para pacientes MELINEPLUS https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/007487.htm</p>	