

## **MASAT PARAPRAKE PËR KRYERJEN E CHECKUP INFORMACION I VLEFSHËM PËR FEMRAT**

### **Për analizën e Gjakut**

1. Për analizat e gjakut si Glicemia, duhet të jeni esëll 12 orë përpara kryerjes së analizës. Esëll do të thotë të mos keni ngrënë dhe të mos keni pirë për 12 orë përpara marrjes së mostrës së gjakut. (mund të konsumoni vetëm ujë).
2. Një analizë e quajtur “Lipidogramë” (Kolesteroli i plotë, trigliceridet, HDL, LDL) përdoret për të kontrolluar nivelin e yndyrave në gjak. Për të kryer këtë analizë, duhet të mos keni ngrënë për 12 orë përpara marrjes së mostrës së gjakut, në mënyrë që trupi juaj të ketë kohë të mjaftueshme për të tretur ushqimin në aparatit tretës dhe të pastrojë çdo grimcë dhjamore nga gjaku.
3. Për kryerjen e “Sideremisë” dhe “Ferritinës”, të cilat shërbejnë për matjen e nivelit të hekurit në organizëm, është e rëndësishme që të shmangët përdorimi i ilaçeve që përmbajnë hekur ose “Vitaminë C”, 3-5 ditë përpara marrjes së mostrës së gjakut.
4. Për matjen e nivelit të “Kalciumit” në gjak është e rëndësishme shmangia e përdorimit të disa ilaçeve që mund të ndikojnë në rezultatin e kësaj analize si p.sh.: Tableta apo trajtim me kalcium, Lithium, Diuretikë tiazidikë, Tiroksinë (hormon zëvendësues i tiroides), Vitaminë D, të paktën 8-12 përpara marrjes së mostrës së gjakut.
5. Individët që marrin ilaçe për hollim gjaku, të tilla si “Heparin” apo “Coumadin” (Warfarin) duhet t’ia bëjnë këtë fakt të ditur infermieres përpara se të marrë gjak. Pasi të jetë marrë gjaku, infermierja duhet të ushtrojë presion në këtë pjesë, deri sa të mos ketë shenjë gjaku në garzën sterile.

### **Për analizën e urinës**

Për analizën e urinës më i përshtatshëm është kampioni nga urina e parë e mëngjesit sepse ka qëndruar më gjatë në organizëm. Bëni kujdes për hapat e mëposhtëm:

- Merrni në farmaci ose nga laboratorit kuti sterile plastike për marrje mostre;
- Mostra duhet marrë gjatë gjysmës së urinimit (as në fillim as në fund);
- Evitoni kontaminimin e mostrës me gjakun e menstruacioneve ose lëngjeve vaginale;
- Përdorni enë mbajtëse sterile;
- Dërgojeni mostrën menjëherë në laborator.

### **Për kryerjen e EKG së zemrës**

Përpara kryerjes së EKG së zemrës sugjerohet të evitohet konsumi i produkteve që përmbajnë kafeinë.

### **Ekografia abdominale**

Ekografia abdominale është një procedurë imazherike për ekzaminimin e organeve të brendshme të barkut përfshirë mëlçinë, fshikëzën e tëmthit, shprekën, pankreasin, veshkat, fshikëzën e urinës, prostatën (në meshkuj), mitrën dhe ovaret (në femra). Gjithashtu mund të vlerësohet edhe fluksi i gjakut në enët kryesore të gjakut dhe në disa vaza që furnizojnë organet e barkut.

### **Përgatitja**

- Zakonisht personi që kryen ekzaminimin ekografik të barkut, duhet të jetë pa ngrënë për të paktën 8 orë (kjo ndihmon në vizualizimin e mirë të fshikëzës së tëmthit);
- Preferohet që ekzaminimi të kryhet në orët e para të ditës pasi në mesditë organizimi në mënyrë fiziologjike prodhon ajrin në brendësi të zorrëve gjë që e pengon vizualizimin e plotë të disa organeve të barkut. Rekomandohet konsumi i ujit rreth 1 litër 1 orë përpara kryerjes së ekzaminimit (kjo për vizualizim sa më të saktë të traktit urinar dhe gjenital). Mos urinoni deri sa të ketë përfunduar ekzaminimi;
- Informoni mjekun imazherist nëse jeni shtatzënë.

## Mamografia

Për kryerjen e saj përdoret një aparat urë e posaçme me rreze X e konstruktuar posaçërisht për indin e gjirit. Laboranti komprimon gjirin dhe merr nga dy imazhe për çdo gj, ky set imazhesh quhet *mamografi*. Mamografia përdor rreze X speciale për të zbuluar rritjet anormale ose ndryshimet në indin e gjirit. Ajo ndihmon në zbulimin e hershëm të tumorit të gjirit. Tumoret e vogla mund të shihen në mamografi përpara se ato të ndjehen nga vetë gruaja apo mjeku. Shumë tumore të vogla janë lehtësisht të trajtueshme nëse zbulohen në fazën e tyre fillestare. Kryerja e Mamografisë në mënyrë të rregullt ndihmon në zbulimin e hershëm të tumorit të gjirit. Mbi moshën 40 vjeç është e nevojshme të kryhet mamografi një herë në vit. Çdo grua me histori personale apo familjare për tumore të gjirit duhet të bëjë kontrolle të rregullt mamografie çdo 1 vit.

## **Përgatitja për ekzaminim**

- Informoni mjekun ose laborantin që po kryen ekzaminimin nëse jeni *shtatzënë* ose mendoni se mund të jeni Nuk ka nevojë për asnjë dietë të veçantë ushqimore. Mund të pini ilaçet tuaj (nëse përdorni);
- Mos përdorni pudër, krem, deodorant, antidjersë dhe as ndonjë solucion tjetër në pjesën e gjirit dhe sjetullës ditën e ekzaminimit; këto substanca mund të japin imazh fals në filmin e mamografisë;
- Duhet të hiqni bizhuteritë të vendosura mbi zonën e gjoksit.

## Ekzaminimi ekografik i gjirit

Është shumë i vlefshëm si dhe ekzaminim plotësues i mamografisë. Të dhënat që ajo mund të zbulojë janë shumë të vlefshme për trajtimin e mëtejshëm të një tumori të gjirit apo të çdo problemi në të. Gjithashtu është e rëndësishme në kryerjen e biopsisë së formacioneve të gjirit nën drejtimin ekografik. Ekzaminimi ekografik përdor sondën e cila punon me parimin e ultratingujve gjë që konsiderohet plotësisht e padëmshme për gruan.

- Nuk ka nevojë për përgatitje të veçantë paraprake;
- Rekomandohet të kryhet 10 ditët e para të ciklit menstrual sepse gjiri në atë periudhë është më pak i tensionuar

## Kryerja e Pap – Test

Pap - Test përdoret për të parë ndryshimet në qelizat e cervix-it (qafës së mitrës). Pap- test është një ekzaminim për të detektuar në kohë kushtet pre-malinje të fshehura, të cilat mund të çojnë në malinjitet, (i cili nëse detektohet në kohë është plotësisht i kurueshëm).

**Përgatitja për ekzaminimin Pap-test:** Periudha më e mirë për kryerjen e këtij ekzaminimi është midis ditës së 10 dhe ditës së 20 pas ditë së parë të ciklit menstrual.

Është shumë e rëndësishme që gjatë 48 orëve përpara kryerjes së këtij ekzaminimi, një femër të mos ketë kryer marrëdhënie seksuale dhe të mos përdorë medikamente nëpërmjet rrugës vaginale apo edhe krem, pudër, dush vaginal, xhel, etj.

### **Feçe për gjak okult**

Është një ekzaminim që kryhet për të testuar praninë e gjakut okult (të fshehur) në feçe dhe shërben për të detektuar praninë e hemorragjisë me prejardhje nga trakti tretës (kryesisht për depistimin e tumoreve të traktit tretës).

*Tre ditë para marrjes së kampionëve të feçeve, duhet të shmangni:*

- Konsumin e disa frutave dhe ushqimeve si brokoli, spinaq, mishi i kuq, panxhari, pjepri, lulëlakra, kastravec, karrota, rrepa, kërpudha dhe ushqime që përmbajnë Vitaminë C;
- Nuk duhet të merret kampioni i feçeve në rast se personi vuan nga hemorroidet e gjakosura, ose në rast të pranisë së gjakut në urinë;
- Duhet të evitoni konsumin në sasi të tepruar të Alkoolit, Aspirinave ose ilace anti-inflamatorë (si Ibuprofen), të cilët mund të shkaktojnë irritime të traktit tretës dhe të provokojnë hemorragji (gjakrrjedhje);
- Mostra nuk duhet të përzihet me urinë, letër higjienike, gjak menstrual, etj.;
- Kërkoni në farmaci ose nga laboratorit kuti plastike për marrje mostre të sterilizuara.