



Il contenitore non deve necessariamente essere sterile. Lo si può comperare dovunque ma deve essere graduato ai 50-100 cc come scala e avere capienza di almeno 2500 cc. (2,5 litri) Prima della raccolta pulirlo, lavarlo e risciacquarlo più volte solo con acqua.

Ecco come eseguire la raccolta:

1. La mattina del giorno in cui inizia la raccolta, appena alzato, le urine **NON DEVONO ESSERE RACCOLTE**;
2. Da questo momento in poi, per tutto l'arco della giornata, fino alla mattina successiva, raccolga le urine nello stesso contenitore ogni volta che deve recarsi in bagno. Nel caso in cui dovesse andare di intestino deve sempre prima evacuare la vescica (urinare) e raccogliere nel contenitore.
3. La raccolta finisce la mattina dopo quando si alza e mette le urine nel contenitore. Dovrebbe terminare più o meno alla stessa ora in cui è cominciata la mattina precedente.
3. Terminata la raccolta, il contenitore deve essere portato prima possibile al laboratorio per gli esami richiesti dal medico.

In alternativa, se ha usato un contenitore graduato (con intervalli di almeno 100 ml - o cc) può appuntare la quantità di urina totale. In questo caso, dopo aver agitato il contenitore, ne prelevi un campione e lo porti al laboratorio.



I compiti del rene nel corpo umano sono tantissimi, perché è coinvolto nella maggior parte dei processi metabolici. Al contrario di altri organi, non può essere visitato, ascoltato, palpato e l'immagine che se ne ottiene attraverso un'ecografia, pur se esaustiva in molte condizioni, dice poco sulla sua effettiva funzione.

Per questo motivo, di solito, il nefrologo si concentra particolarmente sugli esami.

E' soprattutto sulla base degli esami di laboratorio che il nefrologo riesce a valutare in maniera appropriata la funzione renale.

Infatti, anche se il rene è di difficile valutazione clinica, è in grado di fornirci un liquido prezioso: l'urina.

A cura del Gruppo SIN sulla nutrizione nella malattia renale cronica (edited by Quintaliani)