



PREPARAZIONE ALLA RACCOLTA DELLE URINE ESTEMPORANEE (PER ESAME STANDARD)

Foglio informativo per il paziente – Medical Group

Introduzione

La **raccolta delle urine estemporanee** è uno degli esami di laboratorio più **comuni e basilari**, utilizzato per fornire una panoramica rapida e generale della salute del tuo apparato urinario e metabolico. Questo test permette di individuare la presenza di determinate sostanze o elementi che possono indicare condizioni patologiche. Sebbene sia una procedura semplice, una **corretta raccolta** è **essenziale** per evitare contaminazioni e garantire l'affidabilità dei risultati.

1. Titolo dell'esame

RACCOLTA DELLE URINE ESTEMPORANEE (ESAME URINE STANDARD) **Sinonimi:** Urina Spot, Esame Urine I (Primo), Urinalisi, Urina Completa.

2. Descrizione generale e Obiettivi dell'esame

L'**Esame Urine Standard** (o esame chimico-fisico e microscopico delle urine) è un'analisi che valuta diversi parametri del campione di urina:

- **Esame Chimico-Fisico:** Misura parametri come colore, aspetto, peso specifico, pH, e la presenza di sostanze come proteine, glucosio, chetoni, bilirubina, urobilinogeno, nitriti e sangue.
- **Esame Microscopico del Sedimento:** Consiste nell'osservazione al microscopio degli elementi cellulari e non cellulari presenti nell'urina, come globuli rossi, globuli bianchi, cellule epiteliali, cristalli e cilindri.

L'**obiettivo principale** di questo esame è:

- **Screening generale:** Fornire un'indicazione sullo stato di salute generale e sulla funzionalità renale e delle vie urinarie.
- **Rilevare infezioni urinarie:** La presenza di nitriti e globuli bianchi può suggerire un'infezione.
- **Identificare problemi renali:** Proteine, sangue, o particolari tipi di cilindri possono indicare patologie renali.
- **Rilevare disturbi metabolici:** La presenza di glucosio o chetoni può suggerire il diabete.
- **Monitoraggio:** Valutare l'andamento di patologie note o l'efficacia di terapie.

LE SEDI DEL MEDICAL GROUP

Frosinone Via Armando Fabi, 41
Tel/Fax +39 0775.487906
Mobile +39 370.3251275
prenotazioni@f-medical.it
C.S. F-MEDICAL GROUP S.C. a.r.l.
P.Iva: 0300095060
Pec: fmedical@pec.it
www.f-medicalgroup.it
Aut.Reg. n. G00817 del 25/01/2024
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Ceccano Via Gaeta I Traversa n.9
Tel/Fax +39 0775.1851077
Mobile +39 392.2625419
prenotazioni@kineticsportceccano.it
Kinetic Sport Ceccano s.r.l.s.
P.Iva: 02759970607
Pec: kineticsportcenterceccano@pec.it
kineticsportcenter@gmail.com
www.kineticsportceccano.it
Aut.Reg. n. G11140 del 03/10/2016
Dir.San. Dott.ssa Simona Turriziani
O.d.M. FR n 3771

Castelliri Via Cona, 86
Tel/Fax +39 0775.1851077
Mobile +39 347.8479344
prenotazioni@kineticsportcastelliri.it
Kinetic Sport Center s.r.l.
P.Iva: 02759970607
Pec: kineticsportcentersrl@pec.it
kineticsportcenter@gmail.com
www.kineticsportcastelliri.it
Aut.Reg. n. G16914 del 16/12/2023
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Arce Via Valle Snc
Tel/Fax +39 0776.1549937
Mobile +39 327.6999185
arcemedicalgroup@gmail.com
A-MEDICAL GROUP s.r.l. P.Iva:
03161310606 Pec: a-
medicalgroup@pec.it
www.a-medical.it
Aut.Reg. n. G11049 del 11/06/2022
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Sora Via Attilio Roccatani 10-12
Tel/Fax +39 0776.1828287
Mobile +39 392.3417667
prenotazioni@s-medical.it
C.S. S-MEDICAL GROUP S.C. a.r.l.
P.Iva: 03239810603
Pec: s-medicalgroup@pec.it
www.s-medical.it
Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 0000001911



3. Indicazioni e requisiti

L'esame è **indicato** su **richiesta medica** per:

- **Controlli di routine** o check-up annuali.
- **Sintomi generici** che possono suggerire problemi renali o urinari (es. alterazioni nella minzione, colore insolito delle urine).
- **Sospetto di infezioni delle vie urinarie** (in questo caso spesso è seguito da Urinocoltura se positivo).
- **Monitoraggio di condizioni** come diabete, ipertensione, malattie renali.

Requisiti fondamentali per la corretta esecuzione:

- Utilizzo di un **contenitore pulito e idoneo** (non necessariamente sterile, a meno di specificità).
- **Corretta igiene intima** prima della raccolta.
- **Consegna tempestiva** del campione.

4. Norme di preparazione

Una **scrupolosa aderenza** alle seguenti norme è **indispensabile** per la **corretta esecuzione** e l'**affidabilità dei risultati**.

Contenitore per la Raccolta:

- Procurarsi un **contenitore per urine pulito** (generalmente fornito dal Punto Prelievi di F-Medical Group o acquistabile in farmacia). Per un esame urine standard non è strettamente necessario che sia sterile, ma è preferibile per evitare contaminazioni.
- **Non toccare l'interno** del contenitore o del tappo con le mani.

Igiene Intima (Importante per evitare contaminazioni):

- **Lavare accuratamente le mani** con acqua e sapone.
- **Per le donne:** Lavare i genitali esterni con acqua e sapone neutro, sciacquando abbondantemente e asciugando con un panno pulito. Separare le grandi labbra durante la minzione.
- **Per gli uomini:** Lavare il glande con acqua e sapone neutro, sciacquando abbondantemente e asciugando con un panno pulito. Retrarre il prepuzio durante la minzione.

Raccolta del Campione (Prima Urina del Mattino o Estemporanea):

- **Prima urina del mattino (preferibile):** Se possibile, raccogliere la **prima urina del mattino**. Questa è la più concentrata e fornisce maggiori informazioni, specialmente per la rilevazione di sostanze presenti in basse quantità.

LE SEDI DEL MEDICAL GROUP



• **Raccolta del "mitto intermedio" (consigliato anche per estemporanea):**

1. Iniziare a urinare nel WC, **scartando il primo getto di urina**. Questo serve a eliminare eventuali cellule o batteri presenti nell'uretra o all'esterno.
2. Senza interrompere la minzione, posizionare il contenitore e raccogliere il **successivo getto di urina** (il mitto intermedio) direttamente nel contenitore. Sono sufficienti circa **20-30 ml** di urina.
3. Rimuovere il contenitore e completare la minzione nel WC.

• **Chiusura del Contenitore:** Richiudere **saldamente** il tappo del contenitore.

• **Etichettatura:** Etichettare il contenitore con Nome, Cognome e Data di Nascita e la data di raccolta.

Gestione Farmacologica:

- Informare sempre il medico su tutti i farmaci (anche da banco) e integratori che si stanno assumendo, poiché alcuni potrebbero alterare il colore delle urine o interferire con i risultati (es. antibiotici, diuretici, vitamine del gruppo B).

Conservazione e Consegna del Campione:

- Il campione deve essere consegnato al Punto Prelievi **nel più breve tempo possibile** dalla raccolta, idealmente **entro 2 ore**.
- Se non è possibile consegnarlo immediatamente, il campione può essere conservato in **frigorifero (a una temperatura di 2-8°C)** per un **massimo di 2-4 ore**. Una conservazione più lunga o a temperatura ambiente può alterare i risultati.
- **Non congelare il campione.**

5. Modalità di accesso e abbigliamento

- **Orario di presentazione:** Ti preghiamo di presentarti in **accettazione con 10-15 minuti di anticipo** rispetto all'orario concordato per la consegna del campione.
- **Documenti da portare:** **Tessera sanitaria, richiesta medica** per l'esame.
- **Come vestirsi:** Non ci sono indicazioni specifiche sull'abbigliamento per la consegna del campione.

6. Documentazione aggiuntiva da portare

- La **richiesta medica** per l'esame.
- Eventuali **referti precedenti** di esami delle urine o altri esami correlati.
- Un elenco dei **farmaci** e delle eventuali terapie in corso.

LE SEDI DEL MEDICAL GROUP



7. Dopo la procedura

- **Nessun disagio significativo:** La raccolta delle urine estemporanee è una procedura **non invasiva** e non comporta alcun disagio fisico.
- **Ripresa delle attività:** Puoi riprendere **immediatamente le tue normali attività quotidiane** dopo la consegna del campione.
- **Discussione dei risultati:** I **risultati dell'esame urine standard** sono generalmente disponibili in tempi brevi (solitamente 1-2 giorni). Saranno **discussioni con te dal medico curante** che li interpreterà nel contesto del tuo quadro clinico.

8. FAQ - Domande Frequenti sulla Raccolta Urine Estemporanee

- **D: Perché è preferibile la prima urina del mattino?** R: La prima urina del mattino è più concentrata perché si è accumulata nella vescica per diverse ore durante la notte. Questa maggiore concentrazione rende più facile rilevare sostanze o elementi presenti anche in piccole quantità, fornendo un quadro più chiaro della salute urinaria.
- **D: Se devo fare anche un'urinocoltura, posso usare lo stesso campione?** R: **No.** Se è richiesta anche un'urinocoltura, è **essenziale raccogliere un campione separato** utilizzando un **contenitore sterile specifico per urinocoltura** e seguendo le procedure rigorose di igiene e raccolta del mitto intermedio valide per quel test, per evitare contaminazioni che falserebbero la ricerca batterica.
- **D: Cosa significano i diversi parametri dell'esame urine (es. pH, proteine, glucosio)?** R: Ogni parametro fornisce un'indicazione specifica:
 - **pH:** Indica l'acidità o l'alcalinità dell'urina, influenzata da dieta, farmaci o infezioni.
 - **Proteine:** La loro presenza può indicare problemi renali.
 - **Glucosio:** Se presente, può suggerire il diabete.
 - **Sangue:** Può indicare problemi renali, infezioni, calcoli o altre patologie. Il medico interpreterà tutti i valori nel loro insieme.
- **D: Cosa succede se il mio campione non è "pulito" (contaminato)?** R: Un campione contaminato può portare a risultati inaccurati (es. presenza di batteri non urinari). In tal caso, il medico potrebbe richiedere di ripetere l'esame per ottenere un campione più rappresentativo. Per questo l'igiene prima della raccolta è importante.
- **D: Posso bere acqua prima della raccolta?** R: Per la prima urina del mattino, è meglio non bere eccessivamente nelle ore precedenti. Per un campione estemporaneo durante il giorno, l'idratazione normale va bene, ma bere quantità eccessive di liquidi prima della raccolta potrebbe diluire l'urina e mascherare la presenza di alcuni elementi.

Unità Operativa di Analisi Cliniche - Medical Group Esame Urine Estemporanee

Tutte le indicazioni riportate devono essere sempre condivise con il proprio medico curante per adattamenti clinici personalizzati. Il personale sanitario di Medical Group è formato per gestire ogni eventuale situazione secondo le linee guida nazionali vigenti.

LE SEDI DEL MEDICAL GROUP

Frosinone Via Armando Fabi, 41
Tel/Fax +39 0775.487906
Mobile +39 370.3251275
prenotazioni@f-medical.it
C.S. F-MEDICAL GROUP S.C. a.r.l.
P.Iva: 0300095060
Pec: fmedical@pec.it
www.f-medicalgroup.it
Aut.Reg. n. G00817 del 25/01/2024
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Ceccano Via Gaeta I Traversa n.9
Tel/Fax +39 0775.1851077
Mobile +39 392.2625419
prenotazioni@kineticsportceccano.it
Kinetic Sport Ceccano s.r.l.s.
P.Iva: 02759970607
Pec: kineticsportcenterceccano@pec.it
kineticsportcenter@gmail.com
www.kineticsportceccano.it
Aut.Reg. n. G11140 del 03/10/2016
Dir.San. Dott.ssa Simona Turriziani
O.d.M. FR n 3771

Castelliri Via Cona, 86
Tel/Fax +39 0775.1851077
Mobile +39 347.8479344
prenotazioni@kineticsportcastelliri.it
Kinetic Sport Center s.r.l.
P.Iva: 02759970607
Pec: kineticsportcentersrl@pec.it
kineticsportcenter@gmail.com
www.kineticsportcastelliri.it
Aut.Reg. n. G16914 del 16/12/2023
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Arce Via Valle Snc
Tel/Fax +39 0776.1549937
Mobile +39 327.6999185
arcemedicalgroup@gmail.com
A-MEDICAL GROUP s.r.l. P.Iva:
03161310606 Pec: a-
medicalgroup@pec.it
www.a-medical.it
Aut.Reg. n. G11049 del 11/08/2022
Dir.San. G.Cirillo O.d.M. FR n 995

Sora Via Attilio Roccatali 10-12
Tel/Fax +39 0776.1828287
Mobile +39 392.3417667
prenotazioni@s-medical.it
C.S. S-MEDICAL GROUP S.C. a.r.l.
P.Iva: 03239810603
Pec: s-medicalgroup@pec.it
www.s-medical.it
Aut.Reg. n. G11883 del 18/09/2025
Dir.San. Remo Pessia O.d.M. FR n. 000001911