



## Lấy Nước Tiểu Trong Vòng 24 Tiếng

### Hướng dẫn quan trọng

Tài liệu này bao gồm những hướng dẫn quan trọng cần phải làm theo khi lấy nước tiểu trong vòng 24 tiếng.

Quý vị đã được yêu cầu lấy mẫu nước tiểu trong vòng 24 tiếng để thử nghiệm. Quý vị cần phải làm theo những hướng dẫn quan trọng này, để việc thử nghiệm nước tiểu của quý vị có kết quả chính xác.

### Những Lời Khuyên về việc Cẩn Thận Khi Lấy Nước Tiểu

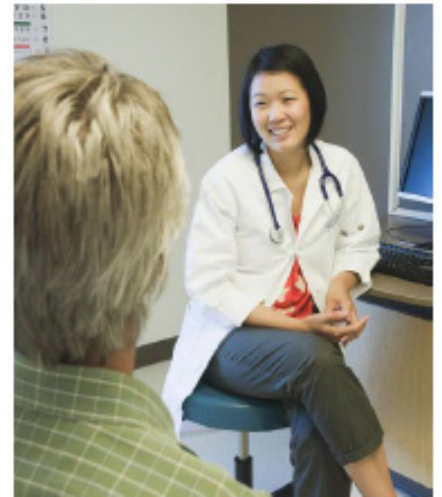
- Hãy bắt đầu và chấm dứt việc lấy nước tiểu vào cùng một giờ trong ngày, cách nhau 24 tiếng. Thí dụ, nếu quý vị bắt đầu lấy nước tiểu vào lúc 7 giờ sáng ngày thứ 1, hãy chấm dứt việc lấy nước tiểu của quý vị vào lúc 7 giờ sáng ngày thứ 2.
- Hãy giữ lại tất cả nước tiểu mà cơ thể quý vị tạo ra trong 24 tiếng đó.
- **Đừng** uống nhiều hơn lượng nước mà quý vị vẫn thường uống. Điều này bao gồm cà phê, trà, ca cao, sữa, nước trái cây, hay soda.
- Trong vòng 24 tiếng trước và trong khi quý vị lấy nước tiểu:
  - **Đừng** uống bia rượu.
  - **Đừng** uống bất cứ loại vitamin nào.

### Những Thứ Quý Vị Cần

- Bình đựng màu nâu có dán nhãn ghi tên quý vị và mã số bệnh viện.
- Tờ giấy màu xám.
- Nam dùng bình để đựng nước tiểu; nữ dùng đồ đựng giống cái “mũ” để lấy nước tiểu cho dễ.

### Lấy Nước Tiểu Như Thế Nào

- Trước tiên hãy đi tiểu cho hết và **đừng** chừa lại nước tiểu.
- Ghi ngày và giờ (kể cả buổi sáng hay buổi chiều) vào tờ giấy màu xám kể bên chữ “bắt đầu.”



Hãy hỏi bác sĩ nếu quý vị có bất cứ điều gì thắc mắc về việc lấy nước tiểu trong vòng 24 tiếng như thế nào.

- Trong vòng 24 tiếng tiếp theo, mỗi lần đi tiểu hãy giữ lại nước tiểu bằng cách đổ vào bình đựng màu nâu.
- Bỏ bình đó vào tủ lạnh hoặc ở chỗ mát.
- Nếu bác sĩ dặn quý vị dùng chất bảo quản:
  - Hãy thật cẩn thận khi đổ nước tiểu vào bình đựng. Đừng đựng vào hoặc hít chất bảo quản bởi vì chất đó là axit.
  - Để bình đựng xa tầm với của trẻ em.
  - Hỏi bác sĩ nếu quý vị có điều gì lo lắng hoặc thắc mắc.

### Chấm Dứt Việc Lấy Nước Tiểu Như Thế Nào

Khi đã đủ 24 tiếng sau khi quý vị bắt đầu lấy nước tiểu:

- Đi tiểu cho hết và đổ nước tiểu lần này vào bình đựng. Ngay cả khi nếu quý vị không cảm thấy muốn đi tiểu, hãy cứ tiểu được bao nhiêu hay bấy nhiêu.
- Ghi ngày và giờ (kể cả buổi sáng hay buổi chiều) vào tờ giấy màu xám kẻ bên chữ “chấm dứt.”

**Nếu bất cứ lúc nào trong khoảng thời gian 24 tiếng đó quý vị quên giữ lại nước tiểu:**

- Hãy đổ tất cả nước tiểu đi.
- Quý vị cần lấy một bình đựng màu nâu khác và bắt đầu lại từ đầu.

### Đưa Bình Nước Tiểu Đến Đâu

Trong vòng 24 tiếng sau khi quý vị lấy nước tiểu lần cuối hãy đưa lại bình nâu đựng nước tiểu và tờ giấy màu xám. Đưa bình đó đến một trong những phòng thí nghiệm sau:

#### UWMC-Roosevelt

Khoa Thí Nghiệm, tầng 1, phòng E160, ngày thường từ 8 giờ sáng đến 5 giờ 30 chiều, trừ ngày lễ. Quý vị cũng có thể thử máu tại đây, nếu cần.

#### UWMC (Bệnh Viện Chính)

Khoa Thí Nghiệm, tầng 3, phòng EE311, ngày thường từ 7 giờ 30 sáng đến 6 giờ chiều, trừ ngày lễ. Quý vị cũng có thể thử máu tại đây, nếu cần.

Ngoài giờ làm việc và những ngày lễ và cuối tuần, quý vị có thể đưa bình đựng đến Trung Tâm Thử Nghiệm, tầng 2, NW220.

#### Trung Tâm Y Tế Harborview

Khoa Thí Nghiệm, tầng 2, phòng GWH-47, làm việc 24 giờ một ngày.

### Có thắc mắc?

Những thắc mắc của quý vị rất quan trọng. Xin gọi bác sĩ hoặc chuyên viên chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu quý vị có thắc mắc hoặc quan ngại.

#### Các Phòng Khám của UWMC:

- Trung Tâm Chuyên Ngành Giải Phẫu:  
206-598-4477
- Trung Tâm Chuyên Ngành Y Khoa:  
206-598-4615
- Nội Khoa Tổng Quát:  
206-598-8750

## 24-Hour Urine Collection

### *Important directions*

*This handout gives important directions to follow when doing a 24-hour urine collection.*

You have been asked to collect your urine for 24 hours. It is important to follow these directions, so the testing of your urine will show correct results.

### **Tips for Careful Collection**

- Begin and end your urine collection at the same time of day, 24 hours apart. For example, if you start collecting your urine at 7 a.m. on day 1, end your collection at 7 a.m. on day 2.
- Collect all of the urine your body makes during that 24 hours.
- Do **not** drink more than your usual amount of fluids. This includes coffee, tea, cocoa, milk, juices, or soda.
- For 24 hours before and during your urine collection:
  - Do **not** drink alcohol.
  - Do **not** take any vitamins.

### **Equipment You Need**

- Brown jug labeled with your name and hospital number.
- Gray lab slip.
- Urinal for males; “hat” for females to make collection easier.

### **How to Do the Collection**

- First empty your bladder and do **not** save the urine.
- Write the date and time (including a.m. or p.m.) on the gray lab slip next to the word “start.”



*Ask your care provider if you have any questions about how to do your 24-hour urine collection.*

- For the next 24 hours, save your urine every time you urinate by putting it in the brown jug.
- Keep the jug in the refrigerator or a cool place.
- If your care provider has told you to use a preservative:
  - Be very careful when you pour your urine into the jug. Do not touch or breathe in the preservative because it is an acid.
  - Keep the jug out of the reach of children.
  - Ask your care provider if you have any concerns or questions.

## How to Finish Your Collection

When it is 24 hours after you started your urine collection:

- Empty your bladder and put this urine in the jug. Even if you do not feel the need to go, empty what you can.
- Write the date and time (including a.m. or p.m.) on the gray lab slip next to “finish.”

### If you forget to save your urine at any time during the 24-hour period:

- Throw out all the urine.
- You will need to get another brown jug and start over.

## Where to Return the Jug

Return the filled brown jug and the gray lab slip within 24 hours after your last collection. Please drop off your sample to one of these labs:

### UWMC-Roosevelt Lab Services

Lab Services, 1st floor, room E160, weekdays from 8 a.m. to 5:30 p.m., except holidays. You may also have a blood sample taken at this location, if needed.

### UWMC Lab Services (Main Hospital)

- Lab Services, 3rd floor, room EE311, weekdays from 7:30 a.m. to 6 p.m., except holidays. You may also have a blood sample taken at this location, if needed.
- After hours and on holidays and weekends, you may return your jug to Central Processing, 2nd floor, NW220.

### Harborview Medical Center Lab Services

- Main floor, room GWH-39, weekdays from 8 a.m. to 5 p.m.
- Main floor, room GWH-47, weekdays from 5 p.m. to 8 a.m. and weekends 24 hours a day.

## Questions?

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns.

### UWMC Clinics:

- Surgical Specialties  
Center: 206-598-4477
- Medical Specialties  
Center: 206-598-4615
- General Internal  
Medicine: 206-598-8750