

## Upute za određivanje masnoća

- ❖ dva tjedna prije uzimanja uzorka krvi valja se uobičajeno hraniti i izbjegavati nagle promjene u tjelesnoj težini
- ❖ 48 sati prije uzimanja uzorka krvi treba izbjegavati intenzivnu tjelesnu aktivnost i ne uzimati alkohol
- ❖ 24 sata prije uzimanja uzorka krvi treba uzimati uobičajene obroke hrane, ali ne premasne
- ❖ 12 sati prije uzimanja uzorka krvi ne uzimati hranu, ne piti alkohol i kavu te ne pušiti
- ❖ Određivanje kolesterola ne bi se trebalo provoditi prije nego što prođe 8 tjedana od akutnog infarkta miokarda, kirurške operacije, traume, sekundarne bolesti s promjenama u metabolizmu lipida, akutne bakterijske ili virusne infekcije.
- ❖ **Napomena:** U dogovoru s liječnikom, 48 sati prije uzorkovanja ne uzimati lijekove koji utječu na koncentraciju lipida (antihipertenzivi, estrogeni, gestageni, tiroidni hormoni).