



## CARA BERPUASA SEBELUM PEMERIKSAAN LABORATORIUM

# PEMERIKSAAN LDL DAN HDL PERLU PUASA ATAU TIDAK?

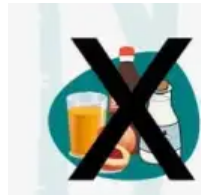
Adanya dislipidemia, terutama hiperkolesterolemia dan hipertrigliseridemia, memiliki korelasi kuat dengan risiko kardiovaskular. Standar pengukuran profil lipid adalah kolesterol total (TC), low-density lipoprotein (LDL), high-density lipoprotein (HDL), dan trigliserida (TG). Meskipun beberapa studi terkini menyatakan bahwa hasil pemeriksaan profil lipid puasa tidak memberikan perbedaan yang bermakna dengan yang tidak berpuasa, namun sampai saat ini berbagai guidelines menganjurkan adanya protocol berpuasa 12-14 jam sebelum melakukan pemeriksaan profil lipid.



**Berpuasa 10-12 jam**



**Tidak makan selama berpuasa**



**Tidak minum minuman manis (sirup, susu, soda, dll)**



**Minum air putih untuk menghindari dehidrasi**



**Istirahat yang cukup**



**Tidak melakukan aktivitas berat**



**Tidak minum obat**



## RUMAH SAKIT UMUM SARILA HUSADA

# ANJURAN PERSIAPAN SEBELUM PEMERIKSAAN LABORATORIUM

Pemeriksaan laboratorium bertujuan untuk mendeteksi adanya penyakit, menentukan factor risiko penyakit, memantau perkembangan penyakit, dan memantau efektivitas pengobatan. Hasil pemeriksaan laboratorium memiliki peranan penting dalam pengambilan keputusan medis, karena itu akurasi hasil menjadi suatu keharusan. Hasil pemeriksaan yang tidak akurat dikarenakan persiapan pemeriksaan yang kurang optimal akan menyebabkan tujuan pemeriksaan tidak tercapai dan dapat mengakibatkan diagnosa yang kurang tepat dan berujung pada penanganan medis yang kurang tepat pula.

### Mengapa beberapa tes laboratorium mewajibkan puasa ?

Makanan dan minuman yang dikonsumsi mempunyai nilai gizi yang akan langsung diserap ke dalam aliran darah dan dapat memberikan dampak langsung pada tingkat glukosa, lemak dan besi dalam darah. Oleh karena itu beberapa tes laboratorium mewajibkan puasa selama 10-12 jam untuk memastikan hasil pemeriksaan tidak dipengaruhi oleh makanan dan minuman yang dikonsumsi pasien.

Puasa dalam konteks laboratorium adalah tidak mengonsumsi makanan dan minuman (kecuali air putih) dalam jangka waktu yang ditentukan. Dan sebaiknya meminum air putih dalam jumlah cukup, karena tubuh yang terhidrasi dengan baik akan memberikan gambaran kadar pemeriksaan yang sebenarnya.

Jika Anda tidak berpuasa atau berpuasa dalam waktu yang lebih singkat dari yang dianjurkan, pemeriksaan yang Anda lakukan akan memberikan hasil yang tidak akurat karena pemeriksaan tertentu masih dipengaruhi oleh makanan. Untuk itu Anda sebaiknya mengulang pemeriksaan tersebut untuk mendapatkan hasil yang akurat. Jika Anda merasa berpuasa justru akan menimbulkan masalah bagi kondisi tubuh, Anda dapat mengkonsultasikannya kepada dokter atau perawat

### Mengapa tidak mengonsumsi obat-obatan atau jika tidak harus melaporkan obat-obatan yang dikonsumsi?

Ketika hendak melakukan pemeriksaan, pasien tidak diperkenankan untuk mengonsumsi obat-obatan. Beberapa obat akan berdampak terhadap hasil tes darah. Tetapi ini tidak berarti Anda diwajibkan untuk berhenti minum obat. Misalnya, penggunaan oral corticosteroids dapat meningkatkan kadar kolesterol dalam darah. Untuk itu Anda diharapkan menginformasikan obat-obat yang dikonsumsi ke pihak laboratorium. Hal ini bertujuan untuk membantu pihak laboratorium dalam memvalidasi hasil Anda.

### Berapa lama waktu yang dianjurkan puasa?

Glukosa	Puasa 10-12 jam
TTG (Tes Toleransi Glukosa)	Puasa 10-12 jam
Glukosa kurva harian	Puasa 10-12 jam
Trigliserida	Puasa 12 jam
Asam Urat	Puasa 10-12 jam
VMA	Puasa 10-12 jam
Renin (PRA)	Puasa 10-12 jam
Insulin	Puasa 8 jam
C. Peptide	Puasa 8 jam
Gastrin	Puasa 12 jam
Aldosteron	Puasa 12 jam
Homocysteina	Puasa 12 jam
Lp (a)	Puasa 12 jam
PTH intact	Puasa 12 jam
Apo A1/ Apo B	Dianjurkan Puasa 12 jam

085/LF/PKRS/RSSH/2022

☎ 0271 891538 📞 081331000066 📧 rrsarilahusada@gmail.com