**Badania kału – czym są?**

Badanie kału jest tanim, nieinwazyjnym badaniem pozwalającym wykryć wiele niebezpiecznych chorób na ich wczesnych etapach rozwoju. Warto więc wykonywać je nawet przy braku jakichkolwiek dolegliwości. Jest to też badanie wskazane m.in. w diagnostyce następujących dolegliwości:

* przedłużające się [biegunki](https://gemini.pl/poradnik/zdrowie/biegunka-bakteryjna-a-wirusowa-jak-je-rozpoznac-i-jak-leczyc/),
* podejrzenie zakażenia pasożytniczego układu pokarmowego,
* zaburzenia wchłaniania,
* choroby rozrostowe jelita grubego.

**Prawidłowe pobranie próbki do badania z kału**

Aby prawidłowo pobrać kał do badania laboratoryjnego, należy przede wszystkim zaopatrzyć się w [**jałowy pojemnik wyposażony w łopatkę**](https://gemini.pl/kategoria/sprzet-i-akcesoria-medyczne/diagnostyka-i-badania/pojemniki-na-kal). Pojemniki tego typu dostępne są w aptekach.

Oto kilka rad, które mogą ułatwić proces pobierania kału do badania:

* Przed pobraniem stolca warto oddać mocz – zmniejszy to ryzyko skażenia materiału do badania moczem.
* Podczas obchodzenia się ze stolcem warto korzystać z [rękawiczek jednorazowych](https://gemini.pl/kategoria/sprzet-i-akcesoria-medyczne/srodki-ochrony-osobistej/rekawice).
* Nie należy mieszać [mydła](https://gemini.pl/kategoria/kosmetyki/do-ciala/kapiel-i-mycie-ciala/mydla), papieru toaletowego czy wody ze stolcem.
* Nie należy pobierać stolca bezpośrednio z muszli toalety.

Aby pobrać próbkę kału, w toalecie należy umieścić coś, w co pacjent pobierze stolec – **nie powinien być on bowiem zanieczyszczony moczem ani wodą**. Może to być np. dziecięcy nocnik (uprzednio poddany dokładnej dezynfekcji), czy odpowiednio rozłożony woreczek strunowy. W aptekach dostępne są także specjalne maty nakładane na toaletę, które ułatwiają pobranie materiału do badania. **Należy upewnić się, że stolec nie będzie miał kontaktu z wnętrzem toalety.**

Do pobrania kału pacjent powinien użyć przeznaczonej do tego szpatułki, dołączonej do zakupionego w aptece pojemnika. Objętość stolca wymagana do badania porównywana jest do **dużego orzecha laskowego lub około 1/3 pojemności pojemniczka.**

Po pobraniu stolca pojemnik należy dokładnie zakręcić, a wszystkie inne elementy używane przy pobieraniu, tak jak wspomniany woreczek foliowy, powinno się wyrzucić do śmietnika. **Pacjent musi pamiętać o dokładnym umyciu rąk wodą z mydłem, a następnie dezynfekcji**.

Kał należy dostarczyć do laboratorium w przeciągu 2 godzin od pobrania. W przypadku gdy nie jest to możliwe, konieczne będzie przechowywanie pobranego materiału w lodówce.

**Jak się przygotować do badania kału?**

Pacjenci często podejmują drastyczne modyfikacje diety, co jest błędem. Przed badaniem kału **nie powinno się podejmować żadnych istotnych zmian w diecie –** niekorzystna będzie zarówno tzw. głodówka, jak i znaczny wzrost ilości przyjmowanego pokarmu. Warto natomiast zadbać o dostarczenie odpowiedniej ilości [błonnika](https://gemini.pl/poradnik/zdrowie/dlaczego-warto-spozywac-blonnik/). tak, by wypróżnienia przebiegały bez zakłóceń i pacjent nie miał problemu z pobraniem materiału do badania.

Badanie ogólne kału jest jednym z najczęściej wykonywanych badań na tym materiale. Jest prostym, stosunkowo tanim badaniem, które ma ogromną wartość diagnostyczną.

Podczas [badania](https://gemini.pl/poradnik/badania/) ogólnego kał poddaje się zarówno ocenie makro- jak i mikroskopowej. Ocena makroskopowa polega na obserwacji:

* konsystencji stolca,
* zapachu,
* zabarwienia,
* obecności widocznych makroskopowo ropy, krwi lub śluzu.

Następnie dokonywana jest diagnostyka mikroskopowa. Z materiału wykonywane są preparaty, które diagnosta ocenia pod kątem obecności:

* jaj, cyst i dorosłych form pasożytów,
* niestrawionych resztek pokarmowych takich jak ziarna skrobi, kulki tłuszczu czy włókna mięśniowe,
* erytrocytów,
* komórek nabłonka,
* komórek układu odpornościowego.

**Badanie na obecność krwi utajonej**

Badanie na obecność krwi utajonej ma na celu wykrycie krwi, która jest w stolcu w tak małych stężeniach, że gołym okiem jest niewidoczna. Taki objaw może być wywoływany przez różne stany i schorzenia:

* **polipy** – polipem nazywa się uwypuklenie błony śluzowej jelita do jego wewnętrznej strony; polip może mieć charakter nowotworowy, ale nie musi;
* **uchyłkowatość jelita** – uchyłki jelita grubego to „woreczki” utworzone ze ściany jelita grubego i uwypuklające się do jego zewnętrznej strony. Powstają w wyniku wieloletniego stosowania diety ubogiej w błonnik, tzw. diety ubogo resztkowej;
* **hemoroidy**, inaczej zwane guzkami krwawniczymi;
* **wrzody** – ubytek w ścianie cewy pokarmowej, często wiąże się z dużymi dolegliwościami bólowymi;
* **choroby zapalne jelita** – wrzodziejące zapalenie jelita grubego, choroba Leśniowskiego - Crohna;
* **nowotwory jelita grubego i odbytnicy**.

**Nowotwór jelita grubego jest drugim najczęściej zabijającym pacjentów nowotworem**. Badanie w kierunku krwi utajonej ma na celu szybkie wykrycie choroby – na etapie, kiedy leczenie jest najbardziej skuteczne.

**Jak przygotować się do badania?**

* na 3 dni przed testem nie spożywał **czerwonego mięsa**;
* na minimum 3 dni przed badaniem pacjent **nie powinien przyjmować więcej niż 250 mg witaminy C** – wyższe dawki mogą sprawić, że wyniki pacjenta okażą się być fałszywie ujemne.

Zaleca się również, aby pacjenci **unikali przyjmowania niesteroidowych leków przeciwzapalnych** innych niż aspiryna (a ta i tak dopuszczalna jest jedynie w małych dawkach) na 7 dni przed badaniem.

**Kiedy powinnam/powinienem zacząć się badać?**

Wskazane jest, by **screening w kierunku raka jelita grubego rozpocząć po przekroczeniu 50. roku życia**. Obejmuje to więc wykonanie kolonoskopii, oraz badania kału w kierunku wykrycia krwi utajonej.