

---

## How do I get ready for a 24-hour urine collection?

- In the lab, you will be given large containers to store your urine and possibly a container to urinate into. Make sure you know how to use them. Have a cold place to store the urine while you're collecting it. For instance, a refrigerator or in a cooler on ice.
- We need to do all the tests in ONE SAMPLE. If the lab indicates to you that you need to bring samples from two different full days, it is an error, please ask them to make sure that all the tests are done in the 24-hour urine collection from ONE DAY.
- Choose, if possible, a 24-hour period when you will be at home so you do not have to transport your urine.
- On day 1, urinate into the toilet when you get up in the morning.
- Afterward, collect ALL urine in a special container for the next 24 hours.
- On day 2, urinate into the container when you get up in the morning.
- Cap the container. Keep it in the refrigerator or a cool place during the collection period.
- Make sure the container has your name, the date, the time of completion.
- Return the container to the lab as instructed.

---

## Cómo recolectar el examen de orina de 24 horas?

- En el laboratorio, le entregarán los contenedores grandes para almacenar la orina. Algunas veces también proporcionan un pequeño envase para recoger la orina. Asegúrate de preguntar en el laboratorio cualquier duda que tengas. Usualmente, la muestra tiene que mantenerse fría en el refrigerador o cooler con hielo.
  - El examen debe ser en UNA SOLA muestra. Si te indican en el laboratorio que debes tomar muestras en dos días, es un error. Por favor, pregunta y asegúrate que todos los exámenes se hacen en la muestra de UN SOLO DIA.
  - Escoge un día, un período de 24 horas en donde estarás en la casa, así no tienes que transportar la orina a ningún lado.
  - En el día 1, orina en el toilet al levantarte en la mañana.
  - Luego, recolecta TODA la orina en el contenedor que te dieron en el laboratorio por las siguientes 24 horas.
  - El día 2, orina en el contenedor al levantarte.
  - Cierra el contenedor, mantenlo frío hasta el momento de llevarlo al laboratorio, y asegúrate que tiene tu nombre, fecha y tiempo en que lo completaste.
  - Lleva la muestra al laboratorio.
-