

# INSTRUCCIONES PARA REALIZAR UN ESPERMOGRAMA

## PREPARACIÓN PREVIA

- Abstente de tener relaciones sexuales o cualquier actividad que implique eyaculación al menos **3 días y máximo 5 días** antes de la toma de la muestra.
- Evita el consumo de alcohol, drogas o medicamentos que puedan interferir con la calidad del espermatozoides durante los días previos al examen.

## RECOLECCIÓN DE LA MUESTRA

- La muestra debe ser recogida mediante masturbación en un recipiente estéril proporcionado por el laboratorio. Asegúrate de recoger toda la eyaculación en el frasco.
- **No uses lubricantes ni productos que puedan alterar la muestra.**

## CANTIDAD Y CALIDAD

- Es de suma importancia que toda la eyaculación quede dentro del frasco, ya que esto garantiza la precisión de los resultados
- La muestra debe ser completa (incluyendo la primera parte de la eyaculación) para asegurar su calidad.

## ENTREGA AL LABORATORIO

- La muestra debe ser entregada lo antes posible, preferiblemente dentro de 20 minutos después de la recolección. Esto es fundamental para asegurar la validez de los resultados. Si la muestra no se entrega a tiempo, puede verse afectada la calidad del análisis.

## PRECAUCIONES ADICIONALES

- **No uses ningún tipo de sustancia** como lubricantes, cremas o geles que puedan alterar la muestra y afectar los resultados
- No es necesario que el paciente esté en ayunas, pero se recomienda que esté lo más relajado posible para evitar la ansiedad.

Siguiendo estas instrucciones, te aseguras de obtener una muestra de espermatozoides adecuada para el análisis. Si tienes alguna duda o necesitas más información, no dudes en consultarnos.