

❖ 3 Heures avant le lever

- Videz votre vessie, rejeter les urines dans les WC
- Buvez un quart de litre d'eau (250 ml)
- Notez l'heure sur le flacon



Puis **recouchez-vous**, restez allongé, au repos et à jeun pendant 3 heures

❖ Après 3 heures

- Urinez à fond en recueillant la totalité des urines dans le flacon
- Notez l'heure sur le flacon

❖ **Identifiez votre recueil** et apportez le dans les plus brefs délais au laboratoire

NB : Si vous devez uriner avant la fin des 3 heures, recueillez ces urines dans le flacon