
PREPARO PARA O EXAME DE TERMOGRAFIA

Uma semana antes do exame:

- Não se expor ao sol excessivamente ou fazer uso de qualquer equipamento para bronzamento.
- Por favor, informar se você está programado para realizar qualquer um desses procedimentos: Bloqueio de gânglio estrelado, bloqueio simpático lombar ou bloqueio peridural.
- Não ter feito exames para avaliação do sistema nervoso autônomo.

Um dia antes do exame:

- Não fazer uso de almofadas ou cobertores para aquecimento, hidromassagem, saunas, jacuzzis, banhos excessivamente quentes ou tratamentos de calor profundo.
- Não use compressas de gelo.
- Não ingerir bebidas alcoólicas.
- Não realizar testes para eletro-diagnóstico realizados (por exemplo: Eletroneuromiografia)
- Não fazer uso de equipamento para Estimulação Elétrica Nervosa Transcutânea ou dispositivo similar.
- Não fazer nenhuma fisioterapia (ultrassom, estimulação muscular elétrica, massagem terapêutica, manipulação ou acupuntura, etc.).
- Pacientes do sexo masculino em uso de barba, o ideal é realização de barbeamento um a dois antes. Caso não seja possível ou não desejado retire-a deverá ficar claro a limitação do exame pelo seu uso principalmente quando o rosto for área de queixa de dor.

Noite anterior ao exame:

- Não use munhequeira, cotoveleira, joelheira, tornozeleira, faixas elásticas, suspensórios ou similares.
- Não use qualquer roupa apertada como um todo (meias compressivas, revestimentos de neoprene, por exemplo).
- Não fumar ou usar quaisquer produtos que contenham nicotina. Isto inclui a goma de nicotina, adesivo de nicotina, tabaco de mascar, cachimbo, charuto, etc.

Na manhã do exame:

- Poderá tomar banho ou ducha.
- Vir com roupas leves e mais folgadas.
- Pacientes do sexo feminino: não depilar as pernas nos casos em que o exame inclua a avaliação das extremidades inferiores, pernas, joelhos, tornozelos ou pés. Não vir com esmaltes (mãos e pés). Se estiver no período menstrual, solicitar a remarcação do exame.
- Após o banho pela manhã, não aplicar qualquer loção, pomadas, cremes para a pele, perfumes, desodorizantes, maquiagem de qualquer tipo em qualquer parte do seu corpo.
- Necessário fazer 1 (uma) hora de jejum. Você só poderá beber suco, leite e/ou água. Não tome qualquer bebida como café, chá ou refrigerantes. Não comer qualquer tipo de chocolate.
- Se você tem cabelos compridos, por favor venha com o cabelo preso, se possível coque.
- Se você estiver usando um estimulador da coluna dorsal, da medula espinhal, poderá ser obrigado a desligá-lo até quatro(4) horas antes do exame.
- O exame é feito com o (a) paciente descoberto(a), necessita-se da exposição do corpo e especialmente da área da queixa.

SE TIVER: TRAZER EXAMES RECENTES COMO RESSONÂNCIA, TOMOGRAFIA OU SIMILARES.