**Уважаемые пациенты!**

Очень часто во врачебной практике приходится встречаться с ситуациями, когда полноценное исследование не было проведено из-за недостаточной или неправильной подготовки пациента. Поэтому мы предлагаем рекомендации для подготовки пациентов перед исследованиями. Соблюдение рекомендаций положительно влияет на точность и достоверность результата.

Помните, что составить оптимальную программу лабораторного обследования и оценить результаты анализов может только лечащий врач, имеющий возможность наблюдать состояние пациента и пояснить необходимость назначения тех или иных анализов

**Подготовка к процедуре сдачи крови.**

**Кровь для большинства исследований берётся строго натощак**, то есть когда между последним приёмом пищи и взятием крови проходит не менее 8 ч. (желательно – не менее 12 ч.). Сок, чай, кофе, тем более с сахаром – тоже еда, это необходимо помнить. Можно пить воду. За 1-2 дня до обследования желательно исключить из рациона жирную, жареную пищу и алкоголь. Если накануне состоялось застолье, перенесите лабораторное исследование на 1-2 дня позже. За час до взятия крови воздержитесь от курения. 

**При исследовании на наличие инфекций и исследовании** гормонального профиля кровь сдаётся натощак (в утренние часы или спустя 4-5 ч. после последнего приёма пищи в дневные и вечерние часы, причём этот последний приём не должен быть обильным, а продукты с высоким содержанием жиров следует исключить из рациона и накануне сдачи анализа). Результаты исследований на наличие инфекций зависят от периода инфицирования и состояния иммунной системы, поэтому отрицательный результат полностью не исключает инфекции. В сомнительных случаях целесообразно провести повторный анализ спустя 3-5 дней.

**Перед сдачей крови на вирусные гепатиты за 2** дня до исследования желательно исключить из рациона цитрусовые, оранжевые фрукты и овощи. 

**Перед сдачей крови на коагулогические исследования** необходимо информировать врача о приём противосвёртывающих лекарств.

**Перед сдачей крови на стрессовые гормоны (АКТГ, кортизол**) необходимо успокоиться, отвлечься и расслабиться, так как любой стресс вызывает немотивированный выброс этих гормонов в кровь, что повлечёт увеличение данного показателя.

**Сдача крови на гормональное исследование** проводится натощак (желательно в утренние часы, при отсутствии такой возможности – спустя 4-5 ч. после последнего приёма пищи в дневные и вечерние часы). Накануне сдачи анализов из рациона следует исключить продукты с высоким содержанием жиров, последний приём пищи не делать обильным.    
На результаты гормональных исследований у женщин репродуктивного возраста влияют физиологические факторы, связанные со стадией менструального цикла, поэтому при подготовке к обследованию на половые гормоны следует указать фазу цикла и придерживаться рекомендаций лечащего врача о дне менструального цикла, в который необходимо сдать кровь.

**Кровь на инсулин и С-пептид** сдаётся строго натощак в утренние часы. Гормоны щитовидной железы, инсулин, С-пептид сдаются независимо от дня цикла.   
Исключите физическое напряжение (бег, подъём по лестнице), эмоциональное возбуждение. Перед процедурой следует отдохнуть 10-15 минут, успокоиться. Кровь не следует сдавать сразу после рентгенологического, ультразвукового исследования, массажа, рефлексотерапии или физиотерапевтических процедур.   
Кровь на анализ сдают до начала приёма лекарственных препаратов или не ранее чем через 10-14 дней после их отмены. Для оценки контроля эффективности лечения любыми препаратами целесообразно исследовать кровь спустя 14-21 день после последнего приёма препарата. Если вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом лечащего врача. 

**Для определения холестерина, липопротеидов** кровь берут после 12-14 часового голодания. За две недели до исследования необходимо отменить препараты, понижающие уровень липидов в крови, если не ставится цель определить гиполипидемический эффект терапии этими препаратами.

**Для определения уровня мочевой кислоты** в предшествующие исследованию дни необходимо соблюдать диету: отказаться от употребления богатой пуринами пищи – печень, почки, максимально ограничить в рационе мясо, рыбу, кофе, чай. Противопоказаны интенсивные физические нагрузки.



**Подготовка к процедуре сдачи мочи.**

**Сбор мочи для общего анализа** Накануне сдачи анализа рекомендуется не употреблять овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи (свёкла, морковь и пр.), не принимать мочегонные препараты. Перед сбором мочи надо произвести тщательный гигиенический туалет половых органов. Женщинам не рекомендуется сдавать анализ мочи во время менструации.

 Соберите примерно 50 мл. утренней мочи в контейнер. Для правильного проведения исследования при первом утреннем мочеиспускании небольшое количество мочи (первые 1-2 сек.) выпустить в унитаз, а затем, не прерывая мочеиспускания, подставить контейнер для сбора анализа, в который собрать приблизительно 50 мл. мочи.  
Сразу после сбора мочи плотно закройте контейнер завинчивающейся крышкой и принесите в поликлинику для исследования.

**Сбор суточной мочи**для биохимического анализа

Собирается моча за сутки. Первая утренняя порция мочи удаляется. Все последующие порции мочи, выделенные в течение дня, ночи и утренняя порция следующего дня собираются в одну ёмкость, которая хранится в холодильнике (+4-8 С) в течение всего времени сбора (это необходимое условие, так как при комнатной температуре существенно снижается содержание глюкозы).

После завершения сбора мочи содержимое ёмкости точно измерить в миллилитрах, обязательно перемешать и сразу же отлить в небольшую баночку (не больше 5 мл). Эту баночку принести в поликлинику для исследования. Всю мочу приносить не надо. На направительном бланке нужно указать суточный объём мочи (диурез) в миллилитрах, например: «Диурез 1250 мл.». Напишите также рост и вес пациента. 

**Сбор мочи для исследования по Нечипоренко**

Сразу после сна (натощак) собирают среднюю порцию утренней мочи при свободном мочеиспускании. Мужчины при мочеиспускании должны полностью оттянуть кожную складку и освободить наружное отверстие мочеиспускательного канала. Женщины должны раздвинуть половые губы. Сбор мочи проводят по методу "трёхстаканной" пробы: больной начинает мочиться в первый стакан, продолжает во второй, заканчивает в третий. Преобладающей по объёму должна быть вторая порция, сбор которой проводят в чистую, сухую, бесцветную широкогорлую посуду (не касаясь склянкой тела). Собранную среднюю порцию мочи (20-25 мл.) сразу доставляют в лабораторию в контейнере. Допускается хранение мочи в холодильнике (при +2-4 С), но не более 1,5 часов. 

**Сбор мочи для исследования по Зимницкому**

 Пациент остаётся на обычном режиме питания, но учитывает количество выпитой жидкости за сутки. После опорожнения мочевого пузыря в 6 часов утра через каждые 3 часа в течение суток собирают мочу в отдельные емкости, на которых указывает время сбора или номер порции, всего 8порций:

1 порция  – с 6:00 до 9:00;

2 порция – с 9:00 до12:00;

3 порция– с 12:00 до 15:00;

4 порция – с 15:00 до18:00;

5 порция –с 18:00 до 21:00;

6 порция – с 21:00 о 24:00;

7 порция – с 24:00 до 3:00;

8 порция – с 3:00 до 6:00.

Все собранное количество мочи в 8 баночках доставляется в лабораторию. Пациент обязательно указывает объём суточной мочи!

**Подготовка к сбору мокроты**

Время взятия (сбора) мокроты: утром, натощак. Собирают порцию мокроты путем откашливания, избегая попадания в порцию мокроты слюны, секрета носоглотки или синусов в чистую сухую емкость.

Предварительно пациент должен прополоскать рот и глотку кипяченой водой, почистить

П**одготовки  к сбору кала**

**Исследование кала на яйца гельминтов и простейших**

Диетической подготовки не требуется. Кал берут из разных мест дефекации. Желательно кал доставлять в лабораторию в течении 12 часов после дефекации, а до этого его следует хранить при t 3-5 С, в чистой сухой ёмкости.

**Исследование кала на скрытую кровь**

Применяется для выявления скрытого кровотечения из органов желудочно-кишечного тракта. В течении 3 суток, предшествующих исследованию, необходимо соблюдать специальную диету, исключить из рациона мясо и мясные изделия, рыбу и рыбные изделия, все зелёные овощи и фрукты, все овощи, окрашенные в красный цвет, гречневую кашу, а так же продукты травмирующие слизистую оболочку рта (карамель, орехи, сушки, сухари), не рекомендуется чистить зубы щёткой. Исключить из лечения на период подготовки (и предупредить об этом больного) препараты, содержащие микроэлементы железа, йод и брома, витамин С, аспирин, кетазон.

Исследование нельзя проводить пациентам страдающих диареей (поносом) и женщинам во время менструации.

Рекомендуется принимать пищу, содержащую фрукты, овощи и чёрный хлеб.

