* **АНАЛИЗ КРОВИ**
* Для исследования крови более всего подходят утренние часы.
* Для большинства исследований кровь берется строго натощак. Кофе, чай и сок — это тоже еда. Можно пить воду.
* Рекомендуются следующие промежутки времени после последнего приема пищи:
* 1. Для общего анализа крови – не менее 3-х часов.
* 2. Для биохимического анализа крови - желательно не есть 12-14 часов (но не менее 8 часов).
* 3. За 2 дня до обследования необходимо отказаться от алкоголя, жирной и жареной пищи.
* 4. За 1-2 часа до забора крови не курить.
* Перед исследованием крови следует максимально снизить физические нагрузки. Исключить бег, подъем по лестнице. Избегать эмоционального возбуждения. Минут 10-15 нужно отдохнуть, расслабиться и успокоиться.
* Нельзя сдавать кровь сразу после физиотерапевтических процедур, ультразвукового и рентгенологического исследования, массажа и рефлексотерапии.
* Перед сдачей крови нужно исключить перепады температур, то есть баню и сауну.
* Перед гормональным исследованием крови у женщин репродуктивного возраста следует придерживаться рекомендаций лечащего врача о дне менструального цикла, в который необходимо сдать кровь, так как на результат анализа влияют физиологические факторы фазы менструального цикла.
* Перед сдачей крови необходимо успокоиться, чтобы избежать немотивированного выброса в кровь гормонов и увеличение их показателя.
* Для сдачи крови на вирусные гепатиты желательно за 2 дня до исследования исключить из рациона цитрусовые, оранжевые фрукты и овощи.
* Для правильной оценки и сравнения результатов ваших лабораторных исследований рекомендуется проводить их в одной и той же лаборатории, так как в разных лабораториях могут применяться разные методы исследования и единицы измерения показателей.
* **АНАЛИЗ МОЧИ**
* **Общеклинический анализ мочи:**
* Собирается только утренняя моча, взятая в середине мочеиспускания; -утренняя порция мочи: сбор производится сразу после подъема с постели, до приема утреннего кофе или чая; — предыдущее мочеиспускание было не позже, чем в 2 часа ночи; — перед сбором анализа мочи проводится тщательный туалет наружных половых органов; — в специальный контейнер с крышкой собирают 10 мл мочи, снабжают направлением, собранную мочу сразу направляют в лабораторию; — хранение мочи в холодильнике допускается при t 2-4 C, но не более 1,5 часов; -женщинам нельзя сдавать мочу во время менструации.
* **Сбор суточной мочи:**
* Пациент собирает мочу в течение 24 часов при обычном питьевом режиме (около 1,5 л в сутки); — утром в 6-8 часов он освобождает мочевой пузырь и выливает эту порцию, затем в течение суток собирает всю мочу в чистый широкогорлый сосуд из темного стекла с крышкой емкостью не менее 2 л; — последняя порция берется в то же время, когда накануне был начат сбор, отмечается время начала и конца сбора; — емкость хранится в прохладном месте (лучше в холодильнике на нижней полке), замерзание не допускается; — по окончании сбора мочи измеряется её объем, мочу тщательно взбалтывают и отливают 50-100 мл в специальный контейнер, в котором она будет доставлена в лабораторию; — обязательно указывают объем суточной мочи.
* **Сбор мочи для исследования по Нечипоренко**
* **(выявление скрытого воспалительного процесса)**
* Утром натощак собирают 10 мл утренней мочи, взятой в середине мочеиспускания в специальный лабораторный контейнер.
* **Сбор мочи для микробиологического исследования (посев мочи)**
* Утренняя моча собирается в стерильный лабораторный контейнер с крышкой; — первые 15 мл мочи для анализа не используются, берутся последующие 5- 10 мл; — собранная моча доставляется в лабораторию в течение 1,5 — 2 часов после сбора; — допускается хранение мочи в холодильнике, но не более 3-4 часов; — сбор мочи проводится до начала медикаментозного лечения; — если нужно оценить эффект проведенной терапии, то посев мочи производится по окончании курса лечения.
* **УЛЬТРАЗВУКОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ**
* **Подготовка к УЗИ брюшной полости**
* 1. За 2-3 дня до обследования рекомендуется перейти на бесшлаковую диету, исключить из рациона продукты, усиливающие газообразование в кишечнике (сырые овощи, богатые растительной клетчаткой, цельное молоко, черный хлеб, бобовые, газированные напитки, а также высококалорийные кондитерские изделия — пирожные, торты). Накануне исследования - легкий ужин не позднее 18 часов, исключая прием грубой трудно перевариваемой пищи.
* 2. Пациентам, имеющим проблемы с ЖКТ (запоры) целесообразно в течение этого промежутка времени принимать ферментные препараты и энтеросорбенты (например, фестал, мезим-форте, активированный уголь или эспумизан по 1 таблетке 3 раза в день), которые помогут уменьшить проявления метеоризма.
* 3. УЗИ органов брюшной полости необходимо проводить натощак, если исследование невозможно провести утром, допускается легкий завтрак, в день исследования не пить, не принимать пищу, лекарственные препараты;
* 4. Если Вы принимаете лекарственные средства, предупредите об этом врача УЗИ.
* 5. Нельзя проводить исследование после гастро- и колоноскопии, а также R-исследований органов ЖКТ.
* 6. При себе необходимо иметь сменную обувь, полотенце, направление, результаты предыдущих обследований.
* **Подготовка к УЗИ органов малого таза (мочевой пузырь, матка, придатки у женщин)**
* 1. Накануне исследования – легкий ужин не позднее 19 часов;
* 2. Исследование проводится при полном мочевом пузыре, поэтому необходимо не мочиться до исследования в течение 3-4 часов и выпить 1 л негазированной жидкости за 1 час до процедуры.
* 3. Для трансвагинального УЗИ (ТВС) специальная подготовка не требуется. В случае, если у пациента проблемы с ЖКТ — необходимо провести очистительную клизму накануне вечером.
* 4. При себе необходимо иметь сменную обувь, полотенце, направление, результаты предыдущих обследований.
* **Подготовка к УЗИ молочных желез**
* 1. Исследование молочных желез желательно проводить в первые 5-10 дней менструального цикла (1 фаза цикла).
* 2. При себе необходимо иметь направление.

## Анализы в гинекологии

**Для женщин:**

- нельзя мочиться в течение 3-х часов до сдачи анализа (мазок, посев); – не рекомендуется вступать в половой контакт за 36 часов, тем более с использованием противозачаточных средств  которые могут исказить результат, так как обладают антибактериальным действием; – накануне нельзя подмываться антибактериальным мылом и спринцеваться; – нельзя применять антибиотики внутрь; – нельзя сдавать анализы во время менструации

# Подготовка к исследованию кала на простейшие и гельминты

Исследование назначено Вашим врачом. Цель исследования - объективно оценить Ваше состояние. Для получения достоверных результатов Вам необходимо правильно собрать материал для исследования.

Сбор  кала  для  исследования  осуществляется  самим  пациентом. Кал  для  исследования  должен  быть  собран  в  чистую, сухую, широкогорлую  посуду, желательно  стеклянную или пластиковую. Материал доставляется в количестве 15 – 30 гр. (объем чайной ложки).

**Обнаружение  простейших:** кал  должен  быть  обязательно  свежевыделенным – исследование  необходимо  проводить  не  позднее 15-20 минут  после  дефекации, т.е. еще  в  теплом  состоянии;  в  остывшем  кале  вегетативные  формы  простейших  быстро  теряют  подвижность  и  затем  погибают. Цисты  сохраняются  значительно  дольше, поэтому  обнаружение  цист  можно  проводить  даже  через  несколько  часов, при  сохранении  кала  при  температуре 3-5°С, но  не  более  24 часов.

**Обнаружение  гельминтов:** кал  для  исследования  на  наличие  гельминтов  должен  быть  не  менее суточной  давности, собранный  в  чистую  сухую  посуду. Кал  для  исследования  забирают  из  разных  мест  разовой  порции.

Очень важно, чтобы Вы точно следовали указанным рекомендациям, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты.

**Подготовка к глюкозотолерантному тесту (сахарная кривая)**

Исследование должно быть назначено Вашим врачом. Цель теста - определить эффективность работы инсулин-выделительного механизма Вашей поджелудочной железы и глюкозо-распределительной системы организма. Вы должны подготовить себя к этому тесту изменением диеты и приема лекарств, по меньшей мере, за 3 дня до проведения теста.

* количество углеводов в пище должно быть не менее 125 г в день в течение 3 дней перед проведением теста;
* нельзя ничего есть в течение 12 ч, предшествующих началу теста, но, ни в коем случае, голодание не должно быть более 16 ч;
* не позволять себе физической нагрузки в течение 12 ч перед началом теста;
* взятие крови осуществляется после 15-минутного отдыха, курение и прием алкоголя исключаются.

Очень важно, чтобы Вы точно следовали указанным рекомендациям, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты исследования крови.