Для наиболее точного диагностирования заболеваний недостаточно самого современного лабораторного оборудования. Точность результатов зависит не только от используемых реактивов и аппаратуры, но и от времени и правильности сбора исследуемого материала. При несоблюдении основных правил подготовки к анализам их результаты могут быть значительно искажены.

**Анализ крови**

Для исследования крови более всего подходят утренние часы

Для большинства исследований кровь берется строго натощак. Кофе, чай и сок - ото гоже еда. Можно пить воду.

Рекомендуются следующие промежутки времени после последнего приема пищи: для общего анализа крови не менее 3-х часов;

для биохимического анализа крови желательно не есть 12-14 часов (но не менее 8 часов). За 2 дня до обследования необходимо отказаться от алкоголя, жирной и жареной пищи.

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. 10-15 минут 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 С, 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.
* 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 1 0 мл утренней мочи, взятой в середине мочеиспускания в специальный лабораторный контейнер.

Сбор мочи для исследования по Зимницкому (пациент 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 8 порций. 1 порция - с 06.00 до 09.00, 2 порция - с 09.00 до 12.00, 3 порция - с 12.00 до15.00, 4 порция - с 15.00 до 18.00. 5 порция - с 18.00 до 21.00, 6 порция - с 2 1.00 до 24.00, 7 порция - с 24.00 до 03.00, 8 порция - с 03.00 до 06.00 часов: - все собранное количество мочи в 8 специальных контейнерах доставляется в лабораторию; - обязательно указать объем суточной мочи. 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.

**Анализ Кала**

* за 2-З дня до исследования избегать приема лекарственных препаратов, меняющих характер кала и вызывающих функциональные нарушения желудочно-кишечного тракта;
* нельзя исследовать кал после клизмы, применения ректальных свечей, приема слабительных или красящих веществ, а также пилокарпина, препаратов железа, висмута, бария и др.: - кал не должен содержать посторонних примесей, таких как моча, дезинфицирующие вещества и др.; - подготовить чистую емкость для кала; - содержимое утреннего кала из 3-х точек собирается в контейнер и доставляется в лабораторию в течение 2-х часов.

Анализ кала на выявление глистных инвазий

* в течении двух дней больной не должен употреблять в пищу жесткую, плохо перевариваемую пищу ("пищевой мусор") - семечки, орехи, сырые овощи и фрукты со шкуркой, а также сорбенты - активированный уголь и прочее, а также грибы!

**Анализы в гинекологии, урологии**

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. Для мужчин:
* нельзя ходить в туалет за 3 часа до сдачи анализа; - нельзя принимать внутрь уросептики, антибиотики; применять наружно растворы, обладающие дезинфицирующим действием, мыло с антибактериальным действием; - не рекомендуется вступать в половой контакт за 36 часов до сдачи анализов.

**Анализ мокроты**

* анализ собирается в стерильный лабораторный контейнер; - перед сбором мокроты необходимо почистить зубы, прополоскать рот и горло;

**Ультрозвуковые исследования**

Подготовка к УЗИ брюшной полости

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 высококолорийные кондитерские изделия - пирожные, торты);

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;

УЗИ органов брюшной полости необходимо проводить натощак, если исследование невозможно провести утром, допускается легкий завтрак;

Нельзя проводить исследование после гастро- и колоноскопии, а также R -исследований органов ЖКТ.

Подготовка к УЗИ органов малого таза (мочевой пузырь, матка, придатки у женщин) Исследование проводится при полном мочевом пузыре, поэтому необходимо не мочиться до исследования в течение 3-4 часов и выпить 1 л негазированной жидкости за I час до процедуры.

Для трансвагинального УЗИ (ТВС) специальная подготовка не требуется. В случае, если у пациента проблемы с ЖКТ - необходимо провести очистительную клизму накануне вечером.

Подготовка к УЗИ мочевого пузыря и простаты у мужчин

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.

Перед трансректальпом исследовании простаты (ТРУЗИ) необходимо сделать очистительную клизму.

Подготовка к УЗИ молочных желез

Исследование молочных желез желательно проводить в первые 7-10 дней менструального цикла (1 фаза цикла).

Подготовка к УЗИ поясничного отдела позвоночника

Исследование проводится строго натощак после 4-х часового голодания.

За два дня обеспечить бесшлаковую диету.

Очистительная клизма накануне вечером и утром, непосредственно в день исследования. УЗИ щитовидной железы, лимфатических узлов и почек - не требуют специальной подготовки пациента.

Пациенту с собой необходимо иметь:

* данные предыдущих исследований УЗИ (для определения динамики заболевания);
* направление на УЗ исследование (цель исследования, наличие сопутствующих заболеваний...);
* большое полотенце или пеленку.

**Колоноскопия**

Как правильно подготовиться:

Подготовка к колоноскипии с помощью препарата «Фортране»

За два дня до исследования:

Рекомендуемая диета: вареное мясо белой рыбы, курицы, яйца, сыр, белый хлеб, масло, печенье, картофель

Рекомендуется пить достаточное количество жидкости - до 2,5 литров в день (в том случае, если у Вас нет заболеваний, при которых обильное питье противопоказано - проконсультируйтесь об этом у врача)

Не рекомендуется употреблять в пищу: фрукты и ягоды с косточками, красное мясо, овощи, злаковые, салат, грибы, орехи, зерновой хлеб, сладости За день до проведения исследования:

Утром — легкий завтрак из рекомендуемых выше продуктов. После завтрака до окончания исследования нельзя принимать твердую пищу, разрешается только пить После завтрака до 17-00 рекомендуется пить достаточное для очищения кишечника количество жидкости - до 2 литров (можно пить воду, нежирные бульоны, морсы, соки без мякоти, чай с сахаром или мёдом, компоты без ягод). Не рекомендуется принимать молоко, кисель, кефир

В 17:00 Вам необходимо подготовить раствор Фортранса Для этого:

1 пакет препарата «Фортране» развести в 1,0 литре кипяченой воды комнатной температуры.

Приготовленный раствор Фортранса в течение двух часов (с 17:00 до 19:00) необходимо выпить. Принимать Фортране следует небольшими порциями, каждые 1 5 минут по 1 стакану, небольшими глотками.

В 19,00. таким же методом выпить второй пакет препарата «Фортране».

Через 1-3 часа после начала приема раствора «Фортране» у Вас должен появиться обильный, частый, жидкий стул, который будет способствовать полному очищению кишечника.

Если жидкий стул не появился через 4 часа после начала приема или появились признаки аллергической реакции, необходимо обратиться к медицинскому персоналу и воздержаться от следующего приема препарата.

В день проведения исследования:

Утром в 07.00 необходимо повторить прием Фортранса для полного очищения кишечника от содержимого( 1 пакет препарата «Фортране»),

Полученный раствор выпить отдельными небольшими порциями влечение 1 часа (07-00 до 08-00). У Вас вновь появится жидкий стул, который должен продлиться до полного опорожнения и очищения кишечника.

К 12-00 Вы будете готовы к исследованию. При подготовке к исследованию препаратом «Фортране» выполнение клизм не требуется!

*Вам необходимо иметь при себе:*

11аправление на колоноскогшю (если Вы направлены из другого лечебного учреждения), заключения и протоколы ранее выполненных эндоскопических исследований, ЭКГ (при наличии у Вас сердечно-сосудистых заболеваний)

Залогом успешного проведения колоноскоиии является правильная подготовка больного. Подготовка к обследованию кишечника начинается за 2-3 дня до назначенной даты исследования. Рекомендуются дополнительные средства, используемые для подготовки кишечника к исследованию

Для уменьшения вероятности неприятных ощущений во время и после осмотра назначается кишечный спазмолитик (препарат снимающий спазм кишки) Дицетел по 50 мг (1 таблетка) 3 раза в день в суток до исследования и 50 мг непосредственно перед колоноскопией, Но-шпа, баралгин, спазмалгон и другие подобные препараты малоэффективны.

Как вести себя после исследования?

Сразу же по окончании процедуры можно пить и есть. Если сохраняется чувство переполнения живота газами и кишка не опорожняется от остатков воздуха естественным путем, можно принять 8—10 таблеток мелко истолченного активированного угля, размешав его в 1/2 стакана теплой кипяченой воды. В течение нескольких часов после исследования лучше лежать на животе.