***Памятка для пациентов***

***«Подготовка к инструментальным  и лабораторным исследованиям»***

**Лабораторные исследования**

**ИССЛЕДОВАНИЯ КРОВИ:**

Кровь для большинства исследований берут строго натощак, т.е. когда между последним приемом 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 жирное, жареное и алкоголь. При нарушении режима питания необ­ходимо перенести лабораторное исследование на 1—2 дня. За 1 ч до взятия крови нужно воздержаться от курения.

Перед сдачей крови исключаются физическое напряжение (бег, подъем по лестнице), эмоциональное возбуждение. Перед процеду­рой следует отдохнуть в течение 10-15 мин, успокоиться.

Кровь не следует сдавать сразу после рентгенологического, ульт­развукового исследований, массажа, рефлексотерапии или физиоте­рапевтических процедур.

Кровь желательно сдавать утром натощак. Перед сдачей общего анализа крови последний прием пищи должен быть не ранее, чем за 3 ч до  забора крови.

1. **Биохимический анализ крови**

Для определения ***холестерина,  липопротеидов***  кровь берут после 12—14-часового голодания. За 2 нед. 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 (печени, почек), максимально огра­ничить в рационе мясо, рыбу, кофе, чай. Противопоказаны интен­сивные физические нагрузки.

1. **Исследование гормонов**

Сдача крови ***на гормональное исследование*** проводится натощак (желательно в утренние часы; при отсутствии такой возможности - спустя 4—5 ч после последнего приема пищи в дневные и вечерние часы). Накануне сдачи анализов из рациона следует исключить про­дукты с высоким содержанием жиров, последний прием пищи не де­лать обильным.

1. **Исследование маркеров инфекций**

Кровь сдается натощак (в утренние часы или спустя 4—5 ч после последнего приема пищи в дневные и вечерние часы, причем этот последний прием не должен быть обильным, а продукты с высоким содержанием жиров следует исключить из рациона и накануне сдачи анализа).

**ИССЛЕДОВАНИЯ МОЧИ:**

До взятия мочи проводится предварительный туалет наружных половых органов:

- у женщин — стерильным ватным тампоном с теплой мыльной водой промываются влагалище и губы движением спереди и вниз; затем тщательно промываются теплой водой и высуши­ваются чистой салфеткой, предварительно проглаженной го­рячим утюгом;

- у мужчин — проводится туалет наружного отверстия мочеиспускательного канала теплой водой с мылом, затем промыва­ется теплой водой и высушивается чистой салфеткой, пред­варительно тщательно проглаженной.

*!!!!! Нельзя собирать мочу во время менструации.*

После проведения цистоскопии анализ мочи можно назначать не ранее чем через 5-7 дней.

1. **Общий клинический анализ мочи**

Для общего анализа используют первую утреннюю порцию мочи (нужно, чтобы предыдущее мочеиспускание было не позже, чем в 2 часа ночи). Всю порцию утренней мочи собирают сразу после сна (натощак) при свободном мочеиспускании.

Мужчины при мочеиспускании должны полностью оттянуть кожную складку и освободить наружное отверстие мочеиспускатель­ного канала. Женщины должны раздвинуть половые губы.

Первые несколько миллилитров мочи сливают в унитаз для уда­ления десквамированных клеток из мочеиспускательного канала. Сбор проводят в чистую, сухую, бесцветную посуду с широким гор­лом или специальный контейнер (не касаясь склянкой тела), плотно закрывают крышкой и доставляют мочу в лабораторию. Нельзя брать  мочу из судна, горшка.

Собранную мочу доставляют в лабораторию сразу. Допускается хранение мочи в холодильнике (при +2+4°С), но не более 1,5 ч.

1. **Сбор суточной мочи**

Пациент собирает мочу в течение 24 ч при обычном питьевом режиме (около 1,5 л в сутки). В 6-8 часов утра он освобождает мочевой пузырь (эту порцию мочи он выливает), а затем в течение суток соби­рает всю мочу в чистый сосуд из темного стекла с широким горлом и крышкой, емкостью не менее 2 л. Последняя порция берется точно в то же время, когда накануне был начат сбор (время начала и конца сбора отмечают).

Емкость с мочой необходимо хранить в прохладном месте (опти­мально - в холодильнике на нижней полке при 4-8°С), не допуская ее замерзания. По окончании сбора мочи измеряют ее объем, мочу тща­тельно взбалтывают и отливают 50—100 мл в чистую посуду или в спе­циальный контейнер, в котором она будет доставляться в лабораторию.

1. **Исследование мочи 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 «трехстаканной» пробы: пациент начинает мочиться в 1-й стакан, продолжает — во 2-й, заканчивает - в 3-й. Преобладающей по объему должна быть вторая порция, сбор которой проводят в чистую, сухую, бесцветную посуду с широким горлом (не касаясь склянкой тела).

Собранную среднюю порцию мочи (20-25 мл) сразу доставляют в лабораторию в плотно закрытой емкости или специальном контей­нере. Допускается хранение мочи в холодильнике (при +2+4°С), но не более 1,5 ч.

1. **Исследование мочи по Зимницкому**

Перед сдачей пробы пациент остается 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 8 порций.

Все собранное количество мочи в 8 сосудах доставляется в лабо­раторию.

**ИССЛЕДОВАНИЕ КАЛА:**

1. **Копрологическое исследование -**в специальный контейнер помещают кал объемом около 2 ст.л. и доставляют в лабораторию в течение 5 ч. Стул должен быть получен без применения клизм и слабительных средств.
2. **Исследование кала на скрытую кровь - з**а 3 дня до сдачи этого анализа из рациона необходимо ***исключить*** мясо, печень, кровяную колбасу и все продукты, содержащие железо (яблоки, болгарский перец, шпинат, белую фасоль, зеленый лук, огурцы и т.д.).

Стул должен быть получен без применения клизм и слабительных средств. Сбор кала объемом около I ч.л. осуществляется в специаль­ный контейнер. Материал доставляют в лабораторию в течение 5 ч.

**ИССЛЕДОВАНИЕ СПЕРМЫ:**

Сперма сдается после не менее 48-часового и не более 7-дневно­го полового воздержания, материал для исследования собирается пу­тем мастурбации в специальную стерильную посуду. В этот период нельзя принимать алкоголь, лекарственные препа­раты, посещать баню или сауну, подвергаться воздействию токов УВЧ. При повторном исследовании желательно устанавливать оди­наковые периоды воздержания для снижения колебаний полученно­го результата.

Доставка биоматериала в лабораторию осуществляется в течение 1 ч.

**Ультразвуковая диагностика**

1. **УЗИ органов брюшной полости, почек:**

- *на УЗИ приходить натощак (6 часов полного голода);*

- за 3 дня до исследования исключить из рациона черный хлеб, молоко, горох,  фасоль, капусту, свежие овощи и фрукты, сладкие блюда и газированные напитки;

- за 3 дня до исследования начать принимать ***Эспумизан:*** по 2 капсулы 3 раза в день.

1. **УЗИ мочевого пузыря и предстательной железы**:

- обследование проводится с полным мочевым пузырем

- для УЗИ молочных желез и щитовидной железы подготовка не требуется.

**3.   Эхокардиоскопия (Эхо-КС, УЗИ сердца)** необходимо наличие на руках ЭКГ (лента) сроком давности не более 30 дней.

**4.   Доплерография сосудов конечностей:**

-  исследование сосудов нижних конечностей проводится строго натощак;

-  исследование сосудов верхних конечностей подготовки не требует;

-  денситометрия подготовки не требует.

**Функциональная диагностика**

1. **Исследование функции внешнего дыхания (спирография)** - обязательно наличие флюорографии давностью не более 12 месяцев.
2. **Электрокардиография, электороэнцефалография, реовазография, эхоэнцефалография, реоэнцефалография** – подготовка не требуется.

**Рентгентгеновские исследования**

1. **Флюорография, маммография** - специальной подготовки не требуется.
2. **Рентгенография пояснично-крестцового отдела позвоночника,  ирригоскопия**: в течение 3-х дней перед Р-исследованием нельзя употреблять молочные продукты, черный хлеб, фасоль, горох, сырые овощи и фрукты, соки, газированные напитки. Накануне вечером и утром в день исследования – очистительные клизмы «до чистой воды».
3. **Рентгенография брюшной полости обзорная**: накануне исследования не позднее 18.00 ужин. В 19.00 принять 2 таб. слабительного средства или сделать клизмы с прохладной водой. В 21.00 принять активированный уголь – из расчета  1таб. на 10кг веса. На следующий день – в 7.00 утра принять активированный уголь.
4. **Рентгеноскопия желудка** – проводится строго натощак!

**Эндоскопические исследования**

**1.** **Фиброгастроскопия (ФГДС)** – проводится строго натощак!

**2.** **Фиброколоноскопия (ФКС)**– накануне исследования с 17.00ч не есть! Можно пить (чай, кофе, кисель, бульон и т.п.). Вечером накануне исследования с 17.00 до 19.00 развести 2 пакета ***Фортранса*** в 2 литрах воды и медленно выпить (в период с 17.00 до 19.00ч). в день исследования с 6.00 до 8.00 развести 2 пакета ***Фортранса*** в 2 литрах воды и медленно выпить (в период с 6.00 до 8.00ч). за 1 час до назначенного времени процедуры ФКС сделать 1 клизму не более 1л воды.

**3.** **Ректороманоскопия (RRS)**  - накануне исследования легкий ужин не позже 19.00 и очистительные клизмы «до чистой воды» вечером и утром в день исследования.

**4. Цистоскопия** – проводится на пустом мочевом пузыре. Вечером накануне исследования начать прием ***Ципрофлоксацина 500мг*** по 1таб 2 раза в день. Продолжить прием антибиотика после процедуры цистоскопии еще в течение 6-8 дней. При наличии аллергии на данный антибиотик заранее сообщить об этом врачу для подбора другого антибактериального средства с уросептическим эффектом!

**Биопсия предстательной железы**

**Важно** за 2 недели до биопсии отменить прием препаратов, содержащих ацетилсалициловую кислоту, а так же: Плавикса (Клопидогрель) и нестероидных противовоспалительных препаратов (Ибупрофен, Вольтарен, Индометацин, Диклофенак, Кеторалак,  Кетопрофен и т.п.). исследование проводится при условии нормальной температуры тела и нормального уровня артериального давления («чувствовать себя здоровым»). Накануне вечером и в день биопсии сделать очистительную клизму. Дома, в день биопсии, за 2-4 часа до процедуры принять 1 таб. ***Ципрофлоксацина 500мг*** (при наличии аллергии на данный антибиотик заранее сообщить об этом врачу для подбора другого антибактериального средства!).