**Подготовка к анализам**

Уважаемые пациенты, ниже представлены рекомендации для подготовки к отдельным видам исследований. Соблюдение рекомендаций положительно влияет на точность и достоверность результата.

**Основные преаналитические факторы, которые могут повлиять на результат**

* Лекарства: влияние лекарственных препаратов на результаты лабораторных тестов разноплановое и не всегда предсказуемое.
* Приём пищи: возможно как прямое влияние за счет всасывания компонентов пищи, так и косвенное - сдвиги уровня гормонов в ответ на приём пищи, а также появление мутности пробы, связанной с повышенным содержанием жировых частиц.
* Физические и эмоциональные перегрузки: вызывают гормональные и биохимические перестройки.
* Алкоголь: оказывает острые и хронические эффекты на многие процессы метаболизма.
* Курение: изменяет секрецию некоторых биологически активных веществ.
* Физиопроцедуры,   инструментальные   обследования;   могут   вызвать   временное   изменение   некоторых лабораторных параметров,
* Фаза менструального цикла у женщин: значима для ряда гормональных исследований, перед исследованием следует уточнить у врача оптимальные дни для взятия пробы для определения уровня ФСГ, Л Г, пролактина, прогестерона, эстрадиола, 17-ОН-прогестерона, андростендиона.
* Время суток при взятии крови: существуют суточные ритмы активности человека и, соответственно, суточные колебания многих гормональных и биохимических параметров, выраженные в большей или меньшей степени для разных показателей; референсные значения - границы «нормы» - обычно отражают статистические данные, полученные в стандартных условиях, при взятии крови в утреннее время.

**Подготовка к сдаче анализов крови** (желательно соблюдать эти правила при проведении биохимических, гематологических тестов., комплексных иммунологических тестов, где результаты зависимы от физиологического состояния человека).

* По возможности, рекомендуется сдавать кровь утром, в период с 8 до 11 часов, натощак (не менее 8 часов и не более 14 часов голода, питье - вода., в обычном режиме). Прием воды на показатели крови влияние не оказывает, поэтому воду пить можно.
* Накануне избегать пищевых перегрузок.
* Если вы принимаете какие-то лекарственные препараты, следует проконсультироваться с врачом по поводу целесообразности проведения исследования на фоне приёма препаратов или возможности отмены приёма препарата перед исследованием, длительность отмены определяется периодом выведения препарата из крови.
* Алкоголь - исключить приём! алкоголя накануне исследования.
* Курение - не курить минимально в течение 1 часа до исследования.
* Исключить физические и эмоциональные стрессы накануне исследования.
* Показатели крови могут существенно меняться в течение дня, поэтому рекомендуем все анализы сдавать в утренние часы. Именно для утренних показателей рассчитаны все лабораторные нормы.
* После прихода в поликлинику рекомендуется отдохнуть (лучше - посидеть) 10-2.0 минут перед взятием проб крови.
* Нежелательно сдавать кровь для лабораторного исследования вскоре после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования и других медицинских, процедур (все анализы крови делают до проведения рентгенографии, УЗИ и физиотерапевтических процедур).