КАК ПРАВИЛЬНО ПОДГОТОВИТЬСЯ К ЛАБОРАТОРНОМУ ИССЛЕДОВАНИЮ?

Уважаемые пациенты! Обращаем внимание, что  кровь для выполнения лабораторных исследований рекомендуется сдавать утром натощак, после 8 - 12 часового ночного периода голодания. Если у пациента нет возможности прийти в лабораторию утром, кровь следует сдавать после 6 часов голодания, исключив в утреннем приеме пищи жиры.

Своевременная и точная диагностика различных заболеваний невозможна без лабораторных исследований. Проявлений болезни ещё нет, а показатели крови уже «сигнализируют»: «Внимание! Тревога!».

По оценке Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) лабораторные исследования дают 60 - 80% диагностической информации о больном. Конечно, только по одному лабораторному анализу диагноз не ставят, его сопоставляют с клинической картиной, с данными других исследований и наблюдений. Лабораторный анализ подсказывает направление для дальнейшего поиска. Поэтому регулярные профилактические обследования - это залог своевременного начала лечения, а правильная подготовка к сдаче анализов в современной лаборатории - это точный диагноз.

**Правила подготовки к диагностическим исследованиям**

**Подготовка к ультразвуковым исследованиям**

**Подготовка к УЗИ органов брюшной полости:**

За 3 дня до предстоящего исследования рекомендована лёгкая диета без применения продуктов, усиливающих перистальтику кишечника и газообразование (мучные изделия, черный хлеб, сырые овощи и фрукты, бобовые, молоко, соки, газированные напитки и другие). Рекомендуется прием в течение 3 дней активированного угля и ферментативных препаратов.

Исследование проводится натощак: не пить и не есть. Последний приём пищи должен быть минимум за 6 часов до исследования.

Если Вам рекомендовано УЗИ органов брюшной полости с определением функции желчного пузыря при себе необходимо иметь: детям 200 мл сока, взрослым  1 банан.

**Подготовка к УЗИ малого таза (трансабдоминальное).**

При склонности к повышенному газообразованию в кишечнике за 3 дня до предстоящего исследования рекомендована лёгкая диета без применения продуктов, усиливающих перистальтику кишечника и газообразование (мучные изделия, черный хлеб, сырые овощи и фрукты, бобовые, молоко, соки, газированные напитки и другие).

Проводится при полном наполнении мочевого пузыря (за 1 час до исследования необходимо выпить 1 литр воды и не мочиться).

**Подготовка к эндоскопическим исследованиям.**

За 2 дня из рациона исключить шоколад, семечки, орехи, острые блюда и алкоголь.

Накануне  легкоусвояемый ужин до 19.00 часов (исключить долго переваривающиеся продукты: мясо, черный хлеб, сырые фрукты и овощи).

Проводится натощак: в день исследования не принимается пища и вода, лекарственные средства в виде таблеток и капсул. Вопрос принимать или нет, постоянно принимаемые лекарства,  до ФГДС без нанесения вреда здоровью необходимо согласовать со своим лечащим врачом.

При проведении исследования позже 11.00 можно выпить несколько глотков воды за 3 часа до исследования.

Не желательно курение в день исследования (усиливает секрецию слизи и рвотный рефлекс).

Рекомендуется явка на исследование как минимум за 5 минут до назначенного времени (для снятия мышечного напряжения).

Разрешается чистить зубы, делать ультразвуковые исследования, принимать лекарства в виде спрея (при ИБС, бронхиальной астме) и форм для рассасывания в полости рта, делать уколы, не требующие последующего приёма пищи.

Иметь при себе постоянно принимаемые лекарства, данные предыдущих  исследований. Сообщить врачу о наличии у Вас лекарственной, пищевой и иной аллергии.

Пациентам старше 50 лет иметь ЭКГ (данные не более недели).

**Подготовка к лабораторным исследованиям**

Для выполнения исследований, мочу и кал необходимо доставить в лабораторию в специальных контейнерах.

Факторы, влияющие на результаты лабораторных исследований:

Лекарственные средства.
Приём пищи.
Физические и эмоциональные перегрузки
Алкоголь.
Курение.
Физиопроцедуры, инструментальные обследования, проводимые до сдачи биоматериалов.
Фаза менструального цикла у женщин.
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).

**Общие правила при подготовке к исследованию:**

Желательно соблюдать следующие правила при проведении биохимических, гормональных, гематологических тестов, комплексных иммунологических тестов.

По возможности, рекомендуется сдавать кровь утром, в период с 8 до 10 часов, натощак (не менее 8 часов и не более 10 часов голода, питье – вода, в обычном режиме), накануне избегать пищевых перегрузок.

Более строгие требования к пищевому режиму предъявляются в следующих случаях:

* строго натощак, после 12 — 14 часового голодания, следует сдавать кровь для определения параметров липидного профиля (холестерол, ЛПВП, ЛПНП, триглицериды);
* глюкозотолерантный тест выполняется утром натощак после не менее 12-ти, но не более 16-ти часов голодания.

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.

Нежелательно сдавать кровь для лабораторного исследования вскоре после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования и других медицинских процедур.

**Общий анализ мочи.**

Сбор анализа осуществляется в контейнер для анализа мочи.

Накануне сдачи анализа рекомендуется не употреблять овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи (свекла, морковь и пр.), не принимать диуретики.

Перед сбором мочи надо произвести гигиенический туалет наружных половых органов (вечером, накануне туалет кипяченой водой с мылом, утром, непосредственно перед сбором,– туалет кипяченой водой без моющего средства).

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 мочи, в который собрать приблизительно 50 мл мочи.

**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°C) в течение всего времени сбора (это необходимое условие, так как при комнатной температуре существенно снижается содержание глюкозы).

**Анализ кала**

Сбор анализа осуществляется в контейнер для анализа кала (с лопаткой).

Материал (кал) собирается до начала лечения антибактериальными и химиотерапевтическими препаратами. Для исследования собирают свежевыделенный кал.

За 3 — 4 дня до исследования необходимо отменить приём слабительных препаратов, касторового и вазелинового масла, прекратить введение ректальных свечей. Кал, полученный после клизмы, для исследования не используется.

Кал собирается в чистый, одноразовый контейнер с завинчивающейся крышкой и ложечкой в количестве не более 1/3 объёма контейнера.

При взятии материала необходимо соблюдать стерильность.

Условия, соблюдение которых обязательно:
— не допускается замораживание;
— не допускается длительное хранение (более 5 — 6 часов);
— не допускается неплотно закрытый контейнер;
— не подлежит исследованию биоматериал, собранный накануне.

**Анализ мокроты**

Лучшее время для сбора мокроты – ранее утро. Так значительно больше вероятность получить при кашле именно скопившуюся за ночь мокроту, а не слюну.

Сбор мокроты проводится строго натощак.

Непосредственно перед сбором мокроты тщательно почистить зубы, сплюнуть скопившуюся слюну и сполоснуть рот вначале кипяченой водой.

Материал собирают в стерильную банку или в стерильный контейнер (бакпечатку) с герметичной крышкой.

Если мокрота отделяется в скудном количестве, необходимо накануне сбора материала принять отхаркивающие средства. Можно применять аэрозольную ингаляцию, провоцирующую усиление секреции бронхов или использовать ингаляцию горячего солевого гипертонического раствора в течение 10-20 минут.