**Уважаемые пациенты!**

**Мы представляем Вам рекомендации для подготовки к отдельным видам лабораторных исследований. Соблюдение рекомендаций положительно влияет на точность и достоверность результата. Подготовка к исследованию – первый шаг на пути к точному результату!**

**Основные требования подготовки пациента к сдаче анализа крови**

* Кровь необходимо сдать утром, натощак, с 8 до 10 часов дня. Между последним приемом пищи и взятием крови должно пройти не менее 8 – 12 часов.
* За 1 -2 дня исключить из рациона жареное, жирное, алкоголь. Если накануне состоялось застолье – перенесите лабораторное исследование на 1- 2 дня.
* За час до взятия крови воздержитесь от курения
* Нужно исключить факторы, влияющие на результаты исследований: физическое напряжение (бег, подъем по лестнице), эмоциональное возбуждение. Поэтому, перед процедурой следует отдохнуть 10-15 минут в приемной, успокоиться.
* Прием воды на показатели крови влияния не оказывает, поэтому воду пить можно.
* Кровь на анализ необходимо сдавать до начала приема лекарственных препаратов (противотуберкулёзных, антибиотиков). Если Вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом лечащего врача.
* Не рекомендуется сдавать кровь после рентгенологических исследований, физиотерапевтических процедур.

**Общие правила применимы ко всем анализам, но для некоторых исследований требуется специальная подготовка и дополнительные ограничения.**

**Мочевая кислота.**

 За 1-2 дня до исследования необходимо соблюдать диету, отказаться от употребления богатой пуринами пищи –печени, почек, а также максимально ограничить в рационе мясо, рыбу, кофе, чай. Противопоказаны интенсивные физические нагрузки.

**Холестерин, липопротеиды.**

Кровь необходимо сдавать после 12-14 часового голодания. За две недели до исследования необходимо отменить препараты, снижающие уровень липидов в крови, если не ставится цель определить гиполипидемический эффект терапии этими препаратами.

**Глюкоза.**

При сдаче крови на глюкозу (в дополнение к основным требованиям подготовки к анализам) утренний чай/кофе запрещен.

**Основные требования подготовки пациента к процедуре сдачи анализа мочи**

**Общий анализ мочи.**

Для общего анализа используют утреннюю порцию мочи. Необходимо собрать примерно 50 мл утренней мочи в специальный контейнер или чисто вымытую от чистящих и дезинфицирующих средств стеклянную посуду.

Для правильного проведения исследования при первом мочеиспускании небольшое количество мочи (первые 1-2 секунды) выпустить в унитаз, а затем, не прерывая мочеиспускания, подставить контейнер для сбора мочи, в который собрать приблизительно 50 мл мочи.

 Для грудных детей – после тщательного туалета половых органов желательно собирать мочу в мочеприемники. Моча, выжатая из памперса, исследованию не подлежит.

Сразу после сбора мочи необходимо плотно закрыть контейнер и доставить в лабораторию.

 Допускается хранение мочи в холодильнике при температуре +4°С +8°С, но не более 1,5 часов.

 **Анализ мочи по Нечипоренко.**

Собирается средняя порция утренней мочи в количестве 20 - 40 мл в сухую пластиковую или стеклянную емкость.

**Анализ мочи по Зимницкому.**

Собирается в течение суток порционно, в отдельную посуду с указанием времени забора каждой порции.

Проба по Зимницкому проводится в восьми отдельных порциях мочи, собранных в течение суток, через каждые три часа.

Возьмите 8 флаконов для мочи. На каждый флакон наклейте этикетку с указанием номера порции и интервала времени: (1я -  с 6-15 до 9-00); (2я - с 9-00 до 12-00);

(3я – с 12-00 до 15-00); (4я – с 15-00 до 18-00); (5я – с 18-00 до 21-00);

 (6я – с 21-00 до 24-00); (7я с 0-00 до 3-00); (8-я с 3-00 до 6-00).

Перед началом сбора мочи, в 6-00 с утра необходимо опорожнить мочевой пузырь (эту мочу выливают). Сбор мочи начинают после 6-00 утра и производят каждые 3 часа.  Флаконы с мочой необходимо сохранять в прохладном месте (оптимально на нижней полке холодильника при температуре +4+8 °С, не допуская замораживания).

В случае, если в каком-то интервале времени мочеиспускание не проводилось, то данная емкость остается пустой. При этом, пустая подписанная емкость обязательно транспортируется в лабораторию. Каждая емкость плотно закрывается крышкой и все восемь порций сразу доставляются в лабораторию.

**Проба Реберга.**

 За 24 часа до сдачи крови и мочи нужно воздержаться от физических нагрузок, приема алкоголя, непосредственно перед взятием крови   необходимо отдохнуть в положении сидя в течение 15-30 минут, сообщить врачу о принимаемых препаратах.

 Исследование проводится строго натощак.

* необходимо выпить 0,5 л обычной воды и сразу опорожнить мочевой пузырь (эту порцию мочи выливают);
* отметить точное время мочеиспускания;
* точно через 30 минут сдать кровь для исследования;
* точно через час (от момента приема 0,5 л воды) собрать мочу (полностью) для исследования;
* сообщить свой вес, рост, возраст;

**Основные требования подготовки пациента к сдаче анализов на бактериологические и молекулярно – генетические исследования на микобактерии туберкулёза.**

**МОКРОТА**

* У пациентов, выделяющих мокроту в достаточном количестве, для исследования собирают ее утреннюю порцию.
* Качественным материалом можно считать мокроту, имеющую слизистый или слизисто – гнойный характер.
* Достаточный объем исследуемой порции мокроты составляет 3 – 5 мл, однако допустимо исследование и меньших по объему порций.
* Необходимо откашливать не слюну, или носоглоточную слизь, а содержимое глубоких отделов дыхательных путей, что достигается в результате продуктивного кашля, возникающего после           нескольких (3-5) глубоких вдохов и резкого выдоха.
* Перед сбором мокроты пациент должен предварительно почистить зубы и прополоскать рот кипяченой водой.
* Флакон необходимо держать как можно ближе к губам и сразу сплевывать в него мокроту, по мере ее откашливания.
* По завершении сбора мокроты необходимо плотно закрыть флакон крышкой.
* Собранный материал немедленно доставляется в лабораторию. В случае невозможности немедленной доставки, материал сохраняется в холодильнике при 5-10°С не более 3 дней (только      бактериологические исследования). Для ПЦР исследования материал доставляется в лабораторию в течение 1,5 – 2 часов.

**МОЧА**

Собирается средняя порция утренней мочи в стерильную посуду после тщательного туалета наружных половых органов.

Доставка в лабораторию в тот же день в течение 1,5-2 часов.

**Советы пациентам.**

**Сбор материала для исследования - ответственный этап диагностической процедуры, от четкости проведения которого во многом зависит результат исследования.**

**Никакая хорошо работающая лаборатория не компенсирует плохого качества диагностического материала!**

**Зачастую необходимость сдавать анализы вызывает в нас чувство настороженности, тревоги и опасения. Как правило оно обосновано обычным страхом результата, самим процессом исследования или нехваткой времени.**

**Какая бы причина ни лежала в основе Ваших сомнений, важно помнить: точная и своевременная диагностика заболеваний возможна только после получения необходимых исследований. Зная их результат, врач может оказать значительное влияние на Ваше здоровье!**