**Правила подготовки к диагностическим исследованиям**

**Ультразвуковые исследования**

**Пациенту с собой необходимо иметь:**

• Данные предыдущих исследований  УЗИ (для определения динамики заболевания);

• Направление на УЗИ (цель исследования, наличие сопутствующих заболеваний…);

• Большое полотенце или пеленку.

**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 высококалорийные 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;

• Если Вы принимаете лекарственные средства, предупредите об этом врача УЗИ;

• Нельзя проводить исследование после гастро- и колоноскопии, а также R-исследований органов ЖКТ. Необходима пауза 3-4 дня.

**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 1 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. При себе иметь презерватив, специальный для УЗИ.

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 трансректальном исследовании простаты (ТРУЗИ) необходимо сделать очистительную клизму. При себе иметь презерватив, специальный для УЗИ.

**Подготовка к УЗИ молочных желез:**

• Исследование молочных желез желательно проводить  в период первых 3-7 дней менструального цикла (1 фаза цикла).

**УЗИ щитовидной железы,  лимфатических узлов и почек** – не требуют специальной подготовки пациента.

**Исследование кала**

Вы должны подготовить себя к этому исследованию следующим образом:

• Следует соблюдать диету, предписанную вашим лечащим врачом;

• Нужно воздержаться от приёма лекарственных препаратов, влияющих на секреторные процессы в желудке, на перистальтику желудка и кишечника (слабительных препаратов), а также меняющих цвет кала (индометацин, препараты железа).

Перед исследованием кала на скрытую кровь нельзя принимать  некоторые лекарственные вещества, в т.ч. аскорбиновую и ацетилсалициловую кислоту. Прием лекарственных препаратов необходимо согласовать с лечащим врачом.

Перед исследованием кала на скрытую кровь из диеты должны быть исключены мясо, рыба, помидоры, огурцы, цветная капуста, зелёные овощи.

**Исследование мокроты**

Перед сбором мокроты необходимо тщательно почистить зубы, прополоскать рот и глотку кипяченой водой. Ограничений в режиме питания и приеме лекарственных препаратов нет.

**Подготовка к биохимическому исследованию крови**

Вы должны подготовить себя к этому исследованию следующим образом: воздержаться от физических нагрузок, приёма алкоголя и лекарственных веществ, изменений в питании в течение 24 часов до взятия крови.

Вам  не следует принимать пищу после ужина, лечь спать нужно накануне в обычное для вас время и встать не позднее, чем за час до взятия крови.

Нельзя ничего есть в течение 12 ч, предшествующих началу исследования, но голодание ни в коем случае не должно быть более 16 часов. Нельзя пить соки, чай, кофе и другие напитки. Используйте для питья воду.

Желательно за 1-2 дня до обследования исключить из рациона жирное, жареное и алкоголь. Если накануне состоялось застолье – необходимо перенести лабораторное исследование  на 1-2 дня.

Перед исследованием крови следует максимально снизить физические нагрузки. Исключить бег, подъем по лестнице. Избегать эмоционального возбуждения. Минут10-15 нужно отдохнуть, расслабиться и успокоиться.

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.

Не рекомендуется сдавать кровь после применения медикаментов, особенно при внутримышечном или внутривенном введении их. Не следует сдавать кровь после воздействия рентгеновских лучей («рентген»), физиотерапевтических процедур, УЗИ, ЭКГ. С учетом суточных ритмов изменения показателей крови образцы для повторных исследований целесообразно брать  в одно и то же время.

Если вы испытываете трудности с отменой лекарственных препаратов, то обязательно скажите об этом лечащему врачу.

Очень важно, чтобы вы точно следовали указанным рекомендациям, т.к. только в этом случае будут получены правильные результаты исследования крови.

**Подготовка к забору крови на гормональные исследования Т3, Т4, ТТГ, АТ-ПО**

Уровень этих гормонов необходимо проверять натощак. Между последним приёмом пищи и взятием крови должно пройти не менее 8 часов. Сок, чай, кофе (тем более с сахаром) не допускаются. Можно пить воду.  Кровь сдаётся в любой день менструального цикла. Непосредственно перед взятием крови пациент должен находиться в состоянии покоя около 30 минут.

За 2-3 дня до сбора крови на анализ нужно предотвратить приём йодсодержащих препаратов, йода-131, технеция-99m. За 1 месяц прекращается приём гормонов щитовидной железы (кроме как по специальным указаниям лечащего эндокринолога). Рекомендуется ограничить физические нагрузки и психоэмоциональный стресс. Последующий мониторинг желательно проводить с использованием того же метода и в той же лаборатории.

**Правила сбора мочи**

Общее лабораторное исследование. Для общего анализа предпочтительно использовать “утреннюю” мочу, которая в течение ночи собирается в мочевом пузыре; это снижает естественные суточные колебания показателей мочи и тем самым более объективно характеризует исследуемые параметры. Объём мочи для полного исследования – 100-200 мл. Моча должна быть собрана после тщательного туалета наружных половых органов  в сухую, чистую, хорошо отмытую от чистящих и дезинфицирующих средств посуду. Несоблюдение этого правила может повлечь за собой повышение количества эритроцитов и лейкоцитов в моче, что затруднит постановку правильного диагноза. Можно использовать мыльный раствор (с последующим обмываем кипяченой водой), 0,02% раствор фурацилина, 0,02-0,1% раствор перманганата калия. Для анализа можно собирать всю мочу, однако в неё могут попасть элементы воспаления мочеиспускательного канала, наружных половых органов и др. Поэтому, как правило, первую порцию мочи не используют. Вторую (среднюю!) порцию мочи собирают в чистую посуду, не касаясь склянкой тела. Посуда с мочой плотно закрывается крышкой. Анализ мочи производится  не позднее 2-х часов после получения материала.

Моча, которая хранится дольше, может быть загрязнена посторонней бактериальной флорой. При этом рН мочи будет сдвигаться к более высоким значениям из-за аммиака, выделяемого в мочу бактериями. Микроорганизмы потребляют глюкозу, поэтому при глюкозурии можно получить отрицательные или заниженные результаты. Желчные пигменты разрушаются при дневном свете. Хранение мочи ведёт к разрушению в ней эритроцитов и других форменных элементов.

Перед сдачей мочи на анализ нежелательно  применение лекарственных веществ, т.к. некоторые из них (в частности, аскорбиновая кислота, входящая в состав большинства комплексных витаминов) оказывают влияние на результаты биохимических исследований мочи (белок, глюкоза, гемоглобин).

Транспортировка мочи должна производиться только при положительной температуре, в противном случае выпадающие в осадок соли могут быть интерпретированы как проявление почечной патологии, либо совершенно затруднят  процесс исследования.

Для количественного исследования содержания сахара в суточной моче (при сахарном диабете и др.) необходимо собрать суточную мочу – т.е. всю мочу, за одни сутки. При этом ёмкость с мочой необходимо сохранять в прохладном месте (оптимально -  в холодильнике на нижней полке при 4-8ºС), не допуская её замерзания. При большом количестве суточной мочи допустимо транспортировать  в лабораторию только её часть. Предварительно пациент максимально точно измеряет объём мочи, записывает его в направление врача, а затем, тщательно перемешав, отливает 50-100 мл от общего объема в чистую ёмкость, после чего доставляет мочу в лабораторию вместе с направлением. При сахарном диабете возможно также определение сахара в моче собранной в фиксированные (назначенные врачом) промежутки времени.

Для исследования глюкозурического профиля мочу собирают в определённые интервалы времени: I порцию – с 9 до 14 ч, II – с 14 до 19,  III – с 19 до 23, IV – с 23 до 6 ч утра, V – с 6 ч утра до 9 ч утра. До проведения анализа порции мочи должны храниться в холодильнике при 4ºС.

**Исследование мочи по Нечипоренко.**

Исследуется утренняя порция мочи в середине мочеиспускания («средняя» порция мочи). Достаточно 15-25 мл.. Хранение и доставка в лабораторию – (см. общее лабораторное исследование мочи).

**Исследование мочи по Зимницкому.**

Проба Зимницкого производится в 8-ми отдельных порциях мочи, собранных в течение суток. Перед началом сбора мочи в 6 ч утра пациент опорожняет мочевой пузырь (эту мочу выливают). В 9 ч утра пациент мочится (это первая банка, содержащая мочу за период с 6 до 9 ч.), в дальнейшем сбор мочи продолжают производить с интервалом 3 часа (после 9 ч и до 12 ч – во вторую банку, с 12 до 15 – в третью….с 3 до 6 ч утра - в восьмую). Ночью пациента следует будить каждые 3 часа, чтобы он мог помочиться. Сбор мочи заканчивают в 6 ч утра следующего дня. На все ёмкости наклеиваются этикетки с указанием номера и интервала времени, когда была получена данная порция (чтобы не перепутать банки, лучше это сделать предварительно, до начала сбора мочи). Ёмкости до исследования хранятся в холодильнике при 4ºС.

**Эндоскопические   исследования**

**Фиброгастродуоденоскопия**

как правильно подготовиться:

• Явка как минимум за 5 минут до назначенного  времени;

утром в день исследования  до ФГДС ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

• Завтракать и принимать любую пищу, даже если исследование проходит во второй половине дня

утром в день исследования до ФГДС НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ:

• Курить

• Принимать лекарства в таблетках (капсулах) внутрь

утром в день исследования до проведения ФГДС РАЗРЕШАЕТСЯ:

• Чистить зубы

• Делать УЗИ брюшной полости и других органов

• За 2-4 часа пить воду, некрепкий чай с сахаром (без хлеба, варенья, конфет…)

• Принимать лекарства, которые можно рассасывать в полости рта, не заглатывая или  взять с собой

• Делать уколы, если не требуется после укола прием пищи и нет возможности сделать его после ФГДС

Перед исследованием нужно снять съемные зубные протезы, очки, галстук.

Накануне вечером: легкоусвояемый (без салатов!) ужин до 18.00 час.

Никакой специальной диеты перед ФГС (ФГДС) не требуется, но:

• Шоколад (шоколадные конфеты), семечки, орехи, острые блюда и алкоголь исключить за 2 дня;

• При исследовании с 11 часов и позже – желательно утром и за 2-3 часа до процедуры выпить мелкими глотками один стакан негазированной воды или некрепкого чая (без варения, конфет, печенья, хлеба и др.);

Важно, что бы:

• Одежда была просторной, ворот и ремень расстегнуты;

• Духами, одеколоном Вы не пользовались;

Вы своевременно предупредили врача о наличии у Вас лекарственной, пищевой и иной аллергии.

Больному с собой необходимо иметь:

• Постоянно принимаемые лекарства (принять после осмотра, а под язык или спрей при ИБС, бронхиальной астме.. -  до осмотра !);

• Данные предыдущих исследований  ФГДС (для определения динамики заболевания) и биопсии (для уточнения показаний к повторной биопсии);

• Направление на ФГДС исследование (цель исследования, наличие сопутствующих заболеваний…);

• Полотенце хорошо впитывающее жидкость или пеленку.

При невозможности явиться в назначенное время просьба заранее позвонить врачу или там, где Вы записывались!!!

Уважайте себя и берегите время врача!

**Колоноскопия**

Как правильно подготовиться:

Подготовка к колоноскипии с помощью препарата «Фортранс»

**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 15:00 Вам необходимо подготовить раствор «Фортранса». 1 пакет на 20 кг веса человека. Для этого:

Каждый пакет препарата «Фортранс» разводится в 1,0 литре кипяченой воды комнатной температуры. (1ый пакет выпить с 15.00 до 16.00, 2ой пакет с 16.00 до 17.00, 3ий пакет с 17.00 до 18.00, 4ый пакет с 18.00 до 19.00): приготовленный раствор Фортранса в течение трёх-четырёх часов (с 15:00) необходимо выпить в зависимости от массы тела.. Принимать Фортранс следует небольшими порциями, каждые 15 минут по 1 стакану, небольшими глотками.

Через 1-3 часа после начала приема раствора «Фортранс» 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 принимать препарат «Фортранс» не надо.

При подготовке к исследованию препаратом  «Фортранс» выполнение клизм не требуется!

Вам необходимо иметь при себе:

• Простынь

• Направление на колоноскопию (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 колоноскопии,  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.