**Правила подготовки к диагностическим исследованиям**

Для наиболее точного диагностирования заболеваний   недостаточно самого  современного лабораторного оборудования. Точность результатов зависит не только от используемых реактивов и аппаратуры, но и от времени и правильности сбора исследуемого материала. При несоблюдении основных правил подготовки к анализам их результаты   могут быть значительно искажены.

**Анализ крови**

Для  исследования крови более всего подходят утренние часы

Для большинства исследований кровь берется строго натощак. Кофе, чай и сок – это тоже еда. Можно пить воду.

Рекомендуются следующие промежутки времени после последнего приема пищи:

* для общего анализа крови не менее 3-х часов;
* для биохимического анализа крови желательно не есть 12-14 часов (но не менее 8 часов).

За 2 дня до обследования необходимо отказаться от алкоголя, жирной и жареной пищи.

За 1-2 часа до забора крови не курить.

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

Нельзя сдавать кровь сразу после физиотерапевтических процедур, ультразвукового и рентгенологического исследования, массажа и рефлексотерапии.

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.

Для сдачи крови на вирусные гепатиты желательно за 2 дня до исследования исключить из рациона цитрусовые, оранжевые фрукты и овощи.

Для правильной оценки и сравнения результатов ваших лабораторных исследований рекомендуется проводить их в одной и той же лаборатории, так как в разных лабораториях могут применяться разные методы исследования и единицы измерения показателей.

**Анализ мочи**

*Общеклинический анализ мочи:*

* собирается только утренняя моча, взятая в середине мочеиспускания;
* утренняя порция мочи: сбор производится сразу после подъема с постели, до приема утреннего кофе или чая;
* предыдущее мочеиспускание было не позже, чем в 2 часа ночи;
* перед сбором анализа мочи проводится тщательный туалет наружных половых органов;
* в специальный контейнер   с крышкой собирают 10 мл мочи, снабжают  направлением, собранную мочу  сразу направляют в лабораторию;
* хранение мочи в холодильнике допускается при t 2-4 C, но не более 1,5 часов;
* женщинам нельзя сдавать мочу во время менструации.

*Сбор суточной мочи:*

* пациент собирает мочу в течение 24 часов при обычном питьевом режиме (около  1,5 л в сутки);
* утром в 6-8 часов он освобождает мочевой пузырь и выливает эту порцию, затем в течение суток собирает всю мочу в чистый широкогорлый сосуд из темного стекла с крышкой емкостью не менее 2 л;
* последняя порция берется в то же время, когда накануне был начат сбор, отмечается время начала и конца сбора;
* емкость хранится в прохладном месте (лучше в холодильнике на нижней полке), замерзание не допускается;
* по окончании сбора мочи измеряется её объем, мочу тщательно взбалтывают и отливают 50-100 мл в специальный контейнер, в котором она будет доставлена в лабораторию;
* обязательно указывают объем суточной мочи.

*Сбор мочи для исследования по Нечипоренко (выявление скрытого воспалительного процесса)*

— утром натощак собирают 10 мл утренней мочи, взятой в середине мочеиспускания в специальный лабораторный контейнер.

*Сбор мочи для исследования по Зимницкому (пациент 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.
* 1 порция – с 6.00 до 9.00,
* 2 порция – с 9.00 до 12.00,
* 3 порция – с 12.00 до15.00,
* 4 порция – с 15.00 до 18.00,
* 5 порция – с 18.00 до 21.00,
* 6 порция – с 21.00 до 24.00,
* 7 порция – с 24.00 до 3.00,
* 8 порция – с 3.00 до 6.00 часов;
* все собранное количество мочи в 8 специальных контейнерах доставляется в лабораторию;
* обязательно указать   объем суточной мочи.

*Сбор мочи для микробиологического исследования (посев мочи)*

* утренняя моча собирается в стерильный лабораторный контейнер с крышкой;
* первые 15 мл мочи для анализа не используются, берутся последующие 5- 10 мл;
* собранная моча доставляется в лабораторию в течение 1,5 – 2 часов после сбора;
* допускается хранение мочи в холодильнике, но не более 3-4 часов;
* сбор мочи проводится до начала медикаментозного лечения;
* если нужно оценить эффект проведенной терапии, то посев мочи производится по окончании курса лечения.

**Анализ Кала**

* за 2-3дня до исследования избегать приема лекарственных препаратов, меняющих характер кала и вызывающих функциональные нарушения желудочно-кишечного тракта;
* нельзя исследовать кал после клизмы, применения ректальных свечей, приема слабительных или красящих веществ,   а также пилокарпина, препаратов железа, висмута, бария и др.;
* кал не должен содержать посторонних примесей, таких как моча, дезинфицирующие вещества и др.;
* подготовить чистую емкость для кала;
* содержимое утреннего кала из 3-х точек собирается в контейнер и доставляется в лабораторию в течение 2-х часов.

*Анализ кала на выявление глистных инвазий*

— в течении двух дней больной не должен употреблять в пищу жесткую, плохо перевариваемую пищу (“пищевой мусор”) – семечки, орехи, сырые овощи и фрукты со шкуркой, а также сорбенты – активированный уголь и прочее, а также грибы!

**Анализы в гинекологии, урологии**

*Для женщин:*

* нельзя мочиться в течение 3-х часов до сдачи анализа (мазок, посев);
* не рекомендуется вступать в половой контакт за 36 часов, тем более с использованием противозачаточных средств  которые могут исказить результат, так как обладают антибактериальным действием;
* накануне нельзя подмываться антибактериальным мылом и спринцеваться;
* нельзя применять антибиотики внутрь;
* нельзя сдавать анализы во время менструации.

*Для мужчин:*

* нельзя ходить в туалет за 3 часа до сдачи  анализа;
* нельзя принимать внутрь уросептики,  антибиотики;
* применять наружно растворы, обладающие дезинфицирующим   действием, мыло с антибактериальным действием;
* не рекомендуется вступать в половой контакт за 36 часов до сдачи анализов.

**Анализ мокроты**

* анализ собирается в стерильный лабораторный контейнер;
* перед сбором мокроты необходимо почистить зубы, прополоскать рот и горло;

**Ультрозвуковые исследования**

*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 высококолорийные 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.

*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.

*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.

*Подготовка к УЗИ молочных желез*

* исследование молочных желез желательно проводить в первые 7-10 дней менструального цикла (1 фаза цикла).

*Подготовка к УЗИ поясничного отдела позвоночника*

* исследование проводится строго натощак после 4-х часового голодания.
* за два дня обеспечить бесшлаковую диету.
* очистительная клизма накануне вечером и утром, непосредственно в день исследования.

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

**Пациенту с собой необходимо иметь:**

* данные предыдущих исследований  УЗИ (для определения динамики заболевания);
* направление на УЗ исследование (цель исследования, наличие сопутствующих заболеваний…);
* большое полотенце или пеленку.

**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 17:00 Вам необходимо подготовить раствор Фортранса

Для этого:

* 1 пакет препарата «Фортранс» развести в 1,0 литре кипяченой воды комнатной температуры.
* Приготовленный раствор Фортранса в течение двух часов (с 17:00 до 19:00) необходимо выпить. Принимать Фортранс следует небольшими порциями, каждые 15 минут по 1 стакану, небольшими глотками.
* В 19.00, таким же методом выпить второй пакет препарата «Фортранс».
* 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 в 7.00 необходимо повторить прием Фортранса для полного очищения кишечника от содержимого(1 пакет препарата «Фортранс»).

Полученный раствор выпить отдельными небольшими порциями  в течение 1 часа (07-00 до 08-00). У Вас вновь появится жидкий стул, который должен продлиться до полного опорожнения и очищения кишечника.

К 12-00 Вы будете готовы к исследованию. При подготовке к исследованию препаратом  «Фортранс» выполнение клизм не требуется!

***Вам необходимо иметь при себе:***

* 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.