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 (при сдаче анализа крови на сахар необходимо не менее 8 часов голода). 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 жирной и жареной пищи.

Перед исследованием крови следует максимально снизить физические нагрузки. Исключить бег, подъем по лестнице. Избегать эмоционального возбуждения. Минут 10-15 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 следует придерживаться рекомендаций лечащего врача.

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 2-40C, но не более 1,5 часов;
* девушкам 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 течение 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**

* нельзя мочиться в течение 3-х часов до сдачи анализа (мазок, посев);
* накануне нельзя подмываться антибактериальным мылом и спринцеваться;
* нельзя применять антибиотики внутрь;
* нельзя сдавать анализы во время менструации.

**АНАЛИЗЫ В УРОЛОГИИ**

* 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.

**АНАЛИЗ МОКРОТЫ**

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