**Правила подготовки к анализу крови**:

Накануне обследования:

* перед анализом крови проконсультируйтесь со специалистом;
* за 1-2 дня откажитесь от жирной, жареной пищи;
* за 1 час – воздержитесь от курения;
* за 30 минут исключите физические нагрузки и психологические стрессы.

**Не рекомендуется:**  сдавать анализ крови после рентгенографии, физиотерапевтических процедур и инструментальных обследований.

Не волнуйтесь! Все процедуры производятся специалистами с помощью современных одноразовых стерильных инструментов. Это не больно и совершенно безопасно!

Биохимический анализ крови (биохимическое исследование крови) сдают строго натощак – после сна и 8-часового (лучше 12-часового) ночного голодания. Можно пить только воду.

Общий анализ крови сдают не раньше, чем через 1 час (лучше через 3 часа) после последнего ограниченного приёма пищи.

**Правила подготовки к анализу мочи**

Накануне обследования не рекомендуется:

* пить больше или меньше жидкости, чем обычно;
* принимать антибактериальные лекарственные препараты и уросептики;
* нежелательно собирать мочу во время менструации и в течение 5-7 дней после цистоскопии.

Перед началом сбора мочи выполните гигиенические процедуры без применения дезинфицирующих средств и антибактериального мыла. Моча собирается в специальный контейнер.

**Правила подготовки для общего анализа мочи**собирают строго утреннюю порцию мочи, выделенную сразу же после сна и доставляют в лабораторию утром того же дня для общего анализа мочи необходима вся утренняя порция.

**Правила подготовки для анализа мочи по методу Нечипоренко**  собирают строго утреннюю среднюю порцию  мочи, выделенную сразу же после сна и доставляют в лабораторию утром того же дня.

**Сбор суточной мочи для биохимического анализа.**

Первую утреннюю порцию мочи удалите, засеките время.

В течение последующих 24 часов все порции мочи собирайте в одну ёмкость, которая должна храниться при температуре +4…+8 С в течение всего периода сбора.

После того, как собрана последняя порция мочи утром следующего дня, перемешайте содержимое ёмкости и отлейте небольшое количество в специальный контейнер для сбора мочи.

Обязательно замерьте общий объём мочи за сутки (диурез), который необходимо сообщить сотруднику лаборатории.

**Правила подготовки для анализ кала**

До начала сбора материала необходимо помочиться в унитаз. Затем кал забирается ложечкой в чистый контейнер. Необходимое количество - не более 1/3 объема контейнера. Как можно скорее доставьте материал в лабораторию.

**Общие правила при подготовке к исследованию:**  желательно соблюдать эти правила при проведении  **биохимических, гормональных, гематологических тестов**, результаты зависимы от физиологического состояния человека.

* По возможности, рекомендуется сдавать кровь утром, в период с 8 до 11 часов, натощак (не менее 8 часов и не более 14 часов голода, питье – вода, в обычном режиме), накануне избегать пищевых перегрузок.
* 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.
* Курение - не курить минимально в течение 1 часа до исследования.
* Исключить физические и эмоциональные стрессы накануне исследования.
* После прихода в медицинский офис рекомендуется отдохнуть (лучше - посидеть) 10-20 минут перед взятием проб крови.
* Нежелательно сдавать кровь для лабораторного исследования вскоре после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования и других медицинских процедур.
* При контроле лабораторных показателей в динамике рекомендуется проводить повторные исследования в одинаковых условиях: в одной лаборатории, сдавать кровь в одинаковое время суток и пр.

**Подготовка к гастроскопии**: Накануне исследования до 18-00 легкий ужин (исключается мясо,черный хлеб,бобовые,капуста,грибы). С утра в день исследования исключается любая еда и напитки. На исследование необходима пеленка или полотенце.