**Правила подготовки к диагностическим исследованиям**

**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. 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 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:**

* 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.

**Анализы в гинекологии:**

* 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.

**Ультразвуковые 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:**

* 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 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:**

**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