**Подготовка к 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.
При невозможности явиться в назначенное время просьба заранее позвонить врачу или туда, где Вы записывались на исследование.

**Подготовка к рентгенографии поясничного отдела позвоночника.**

* За три дня до исследования исключить из рациона: черный хлеб, молоко, горох, фасоль, капусту, свежие овощи, фрукты и сладкие блюда;
* Накануне исследования не позднее 18–00 — легкий ужин, затем постановка 2-х очистительных клизм в 19–00 и 21–00;
* В день исследования — еще одна очистительная клизма за 2 часа до исследования;
* Прийти натощак (не есть, не пить).

При себе иметь: тапочки, простынь, туалетную бумагу, амбулаторную карту, направление. Женщинам при себе иметь ночную рубашку.

**АНАЛИЗ КРОВИ.**

1. Для исследования крови более всего подходят утренние часы
2. Для большинства исследований кровь берется строго натощак.
3. 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.

**АНАЛИЗ МОЧИ.**

***Общеклинический анализ мочи:***

* Собирается только утренняя моча, взятая в середине мочеиспускания;
* Утренняя порция мочи: сбор производится сразу после подъема с постели, о 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 температуре 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;
* Ёмкость 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 ёмкости, 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 2–3 дня 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**](https://www.ckb2rzd.ru/meddirections/gino/)**,**[**УРОЛОГИИ**](https://www.ckb2rzd.ru/meddirections/urology/)**.**

***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](https://www.ckb2rzd.ru/services/medical/diagnostic-and-analyzes/) 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.

**УЛЬТРАЗВУКОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ.**

[***УЗИ брюшной полости***](https://www.ckb2rzd.ru/departments/diagnostic/uzi/)***.***

* 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). Накануне исследования — легкий ужин не позднее 18 часов, исключая прием грубой трудно перевариваемой пищи;
* 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, в день исследования не пить, не принимать пищу, лекарственные препараты;
* Если Вы принимаете лекарственные средства, предупредите об этом врача УЗИ;
* Нельзя проводить исследование после гастро — и колоноскопии, а также R-исследований органов ЖКТ.
* При себе необходимо иметь сменную обувь, полотенце, направление, результаты предыдущих обследований.

[***УЗИ органов малого таза***](https://www.ckb2rzd.ru/services/medical/programs/cuzs40/)***(мочевой пузырь, матка, придатки у женщин):***

* Накануне исследования – легкий ужин не позднее 19 часов;
* 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 специальная подготовка не требуется. В случае, если у пациента проблемы с ЖКТ — необходимо провести очистительную клизму накануне вечером;
* При себе необходимо иметь сменную обувь, полотенце, направление, результаты предыдущих обследований.

***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.

***УЗИ предстательной железы проводится двумя методами:***

* Трансабдоминальным. 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;
* Трансректально (ТРУЗИ) — данный метод должен быть основным при обследовании предстательной железы. Для ТРУЗИ наполнения мочевого пузыря не требуется. Накануне исследования необходима очистительная клизма.

***УЗИ молочных желез:***

* Исследование молочных желез желательно проводить в первые 5–10 дней менструального цикла (1 фаза цикла);
* При себе необходимо иметь направление.

***УЗИ поясничного отдела позвоночника:***

* Исследование проводится строго натощак после 4-х часового голодания;
* За два дня необходимо обеспечить бесшлаковую диету;
* Очистительная клизма делается 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;
* Большое полотенце или пеленку.

**ЭНДОСКОПИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ.**

[***ФИБРОГАСТРОДУОДЕНОСКОПИЯ***](https://www.ckb2rzd.ru/departments/diagnostic/kdo/gastroenterologist/)***:***

* 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;
* 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;
* Накануне вечером: легкоусвояемый (без салатов!) ужин до 18.00 час;
* Никакой специальной диеты перед ФГС (ФГДС) не требуется, но необходимо исключить алкоголь, за 2 дня исключить шоколад (шоколадные конфеты), семечки, орехи, острые блюда;
* 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, чтобы:***

* Одежда была просторной, ворот и ремень расстегнуты;
* Духами, одеколоном Вы не пользовались;
* Необходимо предупредить 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.

[***КОЛОНОСКОПИЯ***](https://www.ckb2rzd.ru/departments/diagnostic/andoscop/)***:***

**Способы подготовки пациентов к колоноскопии**

**1 способ**

Приобрести 4 пакета препарата **«Фортранс»**. Начиная с 16:00 и до 20:00 в день накануне исследования каждый час выпивать по 1 пакету препарата, разведенному в 1 л воды (всего 4 л). С целью улучшения вкуса охладить раствор и можно добавить сок цитрусовых (апельсин, лимон).

или

**2 способ**

Приобрести препарат **Мовипреп**. В день накануне исследования развести по одному саше А и саше Б в 200 мл воды и затем довести раствор до 1 л — принимать с 19:00 до 20:00. С 20:00 до 21:00 выпить 500 мл разрешенных жидкостей. Повторить приготовление раствора — принимать с 21:00 до 22:00. После выпить не менее 500 мл разрешенной жидкости.

или

**3 способ**

Приобрести препарат **Пикопреп** (2 пак.). В день накануне исследования 1-ый пакет растворить в 150 мл воды, выпить в 18ч. запить 5-тью стаканами (по 250 мл каждые 15–20 мин.) прозрачной жидкости. 2-ой пакет растворить в 150 мл воды и выпить на ночь, в 21ч. запив не менее чем 3-мя стаканами прозрачной жидкости.

или

**4 способ**

Приобрести препарат **Эндофальк** (в коробке 6 пакетов). Через 2 часа после легкого обеда в день накануне исследования (с 16–00) начать прием раствора (из расчета 2 пакета на 1 л воды — всего 3–4 л). Готовый раствор рекомендуется охладить перед употреблением. Окончание приема раствора в 19:00–20:00.

или

**5 способ**

В день накануне исследования в 14.00 принять 30 мл касторового масла. С раннего утра в 5.00 в день исследования выпить в течении 1, 5 часов 3, 0 л минеральной воды «**Ессентуки-17**» с разведенной в ней солью из расчета 1 чайная ложка соли на каждый литр.

или

**6 способ**

Приобрести препарат **ФЛИТ Фосфо-сода** — 2фл. по 45 мл. В день накануне исследования в 7:00 вместо завтрака выпить 1 стакан легкой жидкости (воды, сока без мякоти, прозрачного бульона, чая или кофе). Сразу после этого растворить 1флакон препарата в 1/2 стакана холодной воды (120мл), выпить, запить 1 стаканом холодной воды. В 13.00 вместо обеда выпить 3 стакана (и более) легкой жидкости. В 19.00 вместо ужина выпить 1 или более стакан легкой жидкости. Сразу после этого принять раствор (45 мл препарата на 1/2 стакана холодной воды), запить 1 стаканом холодной воды.

**Бесшлаковая диета**(за 3 дня до исследования)

|  |  |
| --- | --- |
| **МОЖНО** | **НЕЛЬЗЯ** |
| Отварное мясо (нежирные сорта), рыба, курица, обезжиренные кисломолочные продукты без фруктовых добавок, вареные яйца, омлет, мед, желе. **Разрешенные жидкости**: некрепкий чай и кофе без молока, прозрачные бульоны и соки без мякоти, негазированная вода. | Зерно содержащие продукты, фрукты, овощи, ягоды, зелень, крупы, злаковые, бобовые, грибы, орехи, жирные сорта мяса, рыбы и птицы, крем-супы, копчености, консервы, колбасы, жирные молочные продукты, хлеб, сладости, алкоголь, газированные напитки. |