**Общие правила**

* Исключить физические и эмоциональные нагрузки.
* Все анализы сдавать в утренние часы, потому что показатели крови существенно меняются в течение дня, а лабораторные нормы большинства исследований рассчитаны для утренних показателей.
* Прием воды на показатели крови влияние не оказывает, поэтому воду пить можно.
* Кровь на исследование сдают до начала приема лекарственных препаратов (например, антибактериальных и химиотерапевтических) или не ранее чем через 7-14 дней после их отмены. Если Вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом лечащего врача.
* Все исследования крови делают до проведения рентгенографии, УЗИ и физиотерапевтических процедур.
* Перед сдачей мочи нужно провести тщательный туалет наружных половых органов.

**Общий анализ крови**

* Последний прием пищи должен быть не ранее, чем за 3 часа до забора крови.
* Кровь для клинического анализа берут между 7 и 9 часами утра, при минимальной физической активности непосредственно перед взятием (в течение 20-30 мин), в положении пациента лежа или сидя.
* Во время забора крови на исследование желательно успокоить ребёнка, чтобы избежать искажения результатов.

**Общий анализ мочи**

* В лаборатории получите специальный контейнер.
* Накануне сдачи анализа рекомендуется не употреблять овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи (свекла, морковь и пр.), не принимать диуретики. Перед сбором мочи надо произвести тщательный гигиенический туалет половых органов. Женщинам не рекомендуется сдавать анализ мочи во время менструации.
* Соберите примерно 50 мл утренней мочи в контейнер следующим образом: при первом утреннем мочеиспускании небольшое количество мочи (первые 1-2 сек) выпустить в унитаз, а затем, не прерывая мочеиспускания, подставить контейнер для сбора мочи.
* Сразу после сбора мочи плотно закройте контейнер завинчивающейся крышкой.
* Подпишите контейнер: Ф.И.О., дата рождения, дата сбора мочи.
* Если нет возможности сразу доставить мочу в лабораторию, то ее следует хранить при температуре 2-8 оС не более 1,5 часов.