**Правила подготовки к диагностическим 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.

**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. Минут10-15 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**

**Общеклинический анализ мочи**

- собирается только утренняя моча, взятая в середине мочеиспускания:

- 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.

**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 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, урологии**

**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 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;

**Ультрозвуковые 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 (мочевой пузырь, матка, придатки у женщин)**

**-**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 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.

- Перед трансректальном исследовании простаты (ТРУЗИ) необходимо сделать очистительную клизму.

**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**

**Фиброгастродуоденоскопия**

- явка как минимум за 5 минут до назначенного  времени;

- утром в день исследования  до ФГДС ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- завтракать и принимать любую пищу,

До проведения исследования 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.

При невозможности явиться в назначенное время просьба заранее позвонить врачу или там, где Вы записывались!!!