**ПОДГОТОВКА К УЛЬТРАЗВУКОВЫМ ИССЛЕДОВАНИЯМ (ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ)**
За 3 – 4 дня до назначенного исследования необходимо исключить из рациона питания сырые овощи, богатые клетчаткой; фрукты; бобовые; черный хлеб; цельное молоко; напитки с газом; высококалорийные кондитерские изделия.

Если пациент склонен к повышенному газообразованию, то рекомендуется приём *активированного угля, фестала, мезим-форте, эспумизана*и др.

Если пациент в момент исследований получает какие-либо лекарственные препараты, необходимо поставить об этом в известность врача, проводящего исследования.
УЗИ брюшной полости проводится натощак, поэтому за 6- 8 часов до процедуры следует воздержаться от приема пищи.

***Подготовка к УЗИ почек***

При нормальном весе подготовка к УЗИ почек не требуется. Избыточный вес и повышенное газообразование в кишечнике затрудняют выполнение ультразвуковой диагностики, и в этих случаях рекомендуется такая же подготовка к УЗИ почек, как и к исследованию органов брюшной полости.

 ***Подготовка к УЗИ надпочечников***За 3 дня до исследования назначается бесшлаковая диета, исключающая продукты животного происхождения. Можно употреблять в пищу крупы, бобовые, картофель, овощи, фрукты, орехи и семечки, черный хлеб или зерновые хлебцы, макаронные изделия из муки грубого помола, из сладостей – мед и сухофрукты, из напитков – травяные чаи и натуральные соки. Утром накануне УЗИ необходимо принять слабительное (по назначению врача).

Исследование надпочечников проводится натощак.

***Подготовка к УЗИ мочевого пузыря и малого таза (абдоминально)***

В день обследования за 1 час до исследования выпить 1-1,5 литра жидкости (для наполнения мочевого пузыря) и не мочиться. Исследования малого таза проводятся на 7-10 день менструального цикла

 ***Подготовка к УЗИ щитовидной железы***При подготовке к УЗИ щитовидной железы необходимо лишь выяснить и сообщить врачу-диагносту вес и рост пациента на момент исследования.

 ***Подготовка к УЗИ предстательной железы***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.

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

***Подготовка к УЗИ молочных желез***   УЗИ молочных желез выполняется с 7-го по 10-й день от начала менструального цикла.

 **ПОДГОТОВКА К ПРОВЕДЕНИЮ ЭКГ**

 По возможности необходимо избегать стресса

Не употреблять большого количества тяжелой пищи

Сократить объем употребления жидкости  за 3-5 часов перед процедурой

 Перед обследованием необходимо максимально расслабиться, обратить внимание на восстановление дыхания

На процедуру нужно приходить в удобной, свободной одежде, которая позволит без особого труда оголить необходимую область

Перед исследованием **не рекомендуется**:

 Употреблять любые алкогольные напитки

 Курить

 Заниматься любым видом спорта

 Принимать лекарственные средства, о которых неизвестно лечащему врачу

 Посещать баню, сауну, любые тепловые процедуры

 Не рекомендуется употреблять кофе, крепкий чай, так как данные продукты искажают результат

На теле не должно находиться цепочек, браслетов, украшений из металла.

**ПОДГОТОВКА К ИССЛЕДОВАНИЮ ФУНКЦИИ ВНЕШНЕГО  ДЫХАНИЯ  (ФВД)**   Перед проведением исследования запрещаются нервные, физические перенапряжения, физиопроцедуры. Обследование ФВД проводят в положении сидя. Пациент выполняет несколько дыхательных маневров, после чего проводится компьютерная обработка и выдача результатов исследования.

 Исследование проводится по направлению врача с обязательным указанием предполагаемого диагноза, если подобное исследование проводилось ранее, желательно взять предыдущие данные.

 Пациент или родители пациента должны знать его точный вес и рост.

 Исследование проводится натощак или не ранее, чем за 2 часа после легкого завтрака

  Перед исследованием необходим отдых в положении сидя в течение 15 минут (т.е. приходите на исследование немного заранее)

**ПОДГОТОВКА К ЭНДОСКОПИЧЕСКИМ ИССЛЕДОВАНИЯМ**

***ФГДС***

\* За 2 дня из рациона исключить шоколад, семечки, орехи, острые блюда и алкоголь.

\* Накануне легкоусвояемый ужин до 19.00 часов (исключить долго переваривающиеся продукты: мясо, черный хлеб, сырые фрукты и овощи).

Проводится натощак: в день исследования не принимается пища и вода, лекарственные средства в виде таблеток и капсул. Вопрос принимать или нет постоянно принимаемые лекарства до ФГДС без нанесения вреда здоровью необходимо согласовать со своим лечащим врачом.

\* При проведении исследования позже 11.00 можно выпить несколько глотков воды за 3 часа до исследования.

\* Не желательно курение в день исследования (усиливает секрецию слизи и рвотный рефлекс).

\* Рекомендуется явка на исследование как минимум за 5 минут до назначенного времени (для снятия мышечного напряжения).

\* Разрешается чистить зубы, делать ультразвуковые исследования, принимать лекарства в виде спрея (при ИБС, бронхиальной астме) и форм для рассасывания в полости рта, делать уколы, не требующие последующего приёма пищи.

\* Иметь при себе постоянно принимаемые лекарства, данные предыдущих  исследований. Сообщить врачу о наличии у Вас лекарственной, пищевой и иной аллергии.

\* Пациентам старше 50 необходимо лет иметь результаты ЭКГ (данные не более недели).

**ПОДГОТОВКА К ЛАБОРАТОРНЫМ ИССЛЕДОВАНИЯМ**  Для выполнения исследований, мочу и кал необходимо доставить в лабораторию в специальных контейнерах.

**Факторы, влияющие на результаты лабораторных исследований:**\* Лекарственные средства
\* Приём пищи
\* Физические и эмоциональные перегрузки
\* Алкоголь
\* Курение
\* Физиопроцедуры, инструментальные обследования, проводимые до сдачи биоматериалов
\* Фаза менструального цикла у женщин
\* Время суток при взятии крови (существуют суточные ритмы активности человека и, соответственно, суточные колебания многих гормональных и биохимических параметров, выраженные в большей или меньшей степени для разных показателей)

**Общие правила при подготовке к исследованию:**Желательно соблюдать следующие правила при проведении биохимических, гормональных, гематологических тестов, комплексных иммунологических тестов.По возможности, рекомендуется сдавать кровь утром, в период с 8 до 10 часов, натощак (не менее 8 часов и не более 10 часов голода, питье – вода, в обычном режиме), накануне избегать пищевых перегрузок.

Более строгие требования к пищевому режиму предъявляются в следующих случаях:
\* строго натощак, после 12 - 14 часового голодания, следует сдавать кровь для определения параметров липидного профиля (холестерол, ЛПВП, ЛПНП, триглицериды);
\* глюкозотолерантный тест выполняется утром натощак после не менее 12-ти, но не более 16-ти часов голодания.

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.

\* Исключается  приём алкоголя накануне исследования

\* Не курить минимально в течение 1 часа до исследования.

\* Исключить физические и эмоциональные стрессы накануне исследования.

\* После прихода в лабораторию 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.

***Общий анализ мочи***  Сбор анализа осуществляется в контейнер для анализа мочи.

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 гигиенический туалет наружных половых органов (вечером, накануне туалет кипяченой водой с мылом, утром, непосредственно перед сбором,– туалет кипяченой водой без моющего средства).

Женщинам не рекомендуется сдавать анализ мочи во время менструации.

Соберите примерно 50 мл утренней мочи в контейнер. Для правильного проведения исследования при первом утреннем мочеиспускании небольшое количество мочи (первые 1 - 2 сек.) выпустить в унитаз, а затем, не прерывая мочеиспускания, подставить контейнер для сбора мочи, в который собрать приблизительно 50 мл мочи.

Сразу после сбора мочи плотно закройте контейнер завинчивающейся крышкой.

Доставить пробирку с мочой в лабораторию необходимо в течение дня (по графику приёма биоматериала до 11).

**Сбор суточной мочи для биохимического анализа**

Собирается моча за сутки.

Первая утренняя порция мочи удаляется. Все последующие порции мочи, выделенные в течение дня, ночи и утренняя порция следующего дня собираются в одну ёмкость, которая хранится в холодильнике (+4...+8°C) в течение всего времени сбора (это необходимое условие, так как при комнатной температуре существенно снижается содержание глюкозы).