Правила подготовки к исследованиям

**Правила подготовки больного к клинико-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:
o для общего анализа крови не менее 3-х часов;
o 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; -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.
***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***
o 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);
o 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;
o УЗИ органов брюшной полости необходимо проводить натощак, если исследование невозможно провести утром, допускается легкий завтрак;
o Если Вы принимаете лекарственные средства, предупредите об этом врача УЗИ;
o 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)***
o 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.
o 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***
o 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.
o Перед трансректальном исследовании простаты (ТРУЗИ) необходимо сделать очистительную клизму.
Подготовка к УЗИ молочных желез
o Исследование молочных желез желательно проводить в первые 7-10 дней менструального цикла (1 фаза цикла).
***Подготовка к УЗИ поясничного отдела позвоночника***
o Исследование проводится строго натощак после 4-х часового голодания.
o За два дня обеспечить бесшлаковую диету.
o 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
***1.как правильно подготовиться:***
-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
-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:
а) одежда была просторной, ворот и ремень расстегнуты;
б) 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!!!
Уважайте себя и берегите время врача!

**Колоноскопия**
***как правильно подготовиться:***
Подготовка к колоноскипии с помощью препарата «Фортранс»
За два дня до исследования:
Рекомендуемая диета: вареное мясо белой рыбы, курицы, яйца, сыр, белый хлеб, масло, печенье, картофель
Рекомендуется пить достаточное количество жидкости – до 2,5 литров в день (в том случае, если у Вас нет заболеваний, при которых обильное питье противопоказано – проконсультируйтесь об этом у врача)
Не рекомендуется употреблять в пищу: фрукты и ягоды с косточками, красное мясо, овощи, злаковые, салат, грибы, орехи, зерновой хлеб, сладости
За день до проведения исследования:
Утром – легкий завтрак из рекомендуемых выше продуктов. После завтрака до окончания исследования нельзя принимать твердую пищу, разрешается только пить
После завтрака до 17-00 рекомендуется пить достаточное для очищения кишечника количество жидкости – до 2 литров (можно пить воду, нежирные бульоны, морсы, соки без мякоти, чай с сахаром или мёдом, компоты без ягод). Не рекомендуется принимать молоко, кисель, кефир
В 17:00 Вам необходимо подготовить раствор Фортранса
Для этого:
1 пакет препарата «Фортранс» развести в 1,0 литре кипяченой воды комнатной температуры.
Приготовленный раствор Фортранса в течение двух часов (с 17:00 до 19:00) необходимо выпить. Принимать Фортранс следует небольшими порциями, каждые 15 минут по 1 стакану, небольшими глотками.
В 19.00, таким же методом выпить второй пакет препарата «Фортранс».
Через 1-3 часа после начала приема раствора «Фортранс» у Вас должен появиться обильный, частый, жидкий стул, который будет способствовать полному очищению кишечника.
Если жидкий стул не появился через 4 часа после начала приема или появились признаки аллергической реакции, необходимо обратиться к медицинскому персоналу и воздержаться от следующего приема препарата.
В день проведения исследования:
Утром в 7.00 необходимо повторить прием Фортранса для полного очищения кишечника от содержимого(1 пакет препарата «Фортранс»).
Полученный раствор выпить отдельными небольшими порциями в течение 1 часа (07-00 до 08-00). У Вас вновь появится жидкий стул, который должен продлиться до полного опорожнения и очищения кишечника.
К 12-00 Вы будете готовы к исследованию. При подготовке к исследованию препаратом «Фортранс» выполнение клизм не требуется!
***Вам необходимо иметь при себе:***
Направление на колоноскопию (если Вы направлены из другого лечебного учреждения), заключения и протоколы ранее выполненных эндоскопических исследований, ЭКГ (при наличии у Вас сердечно-сосудистых заболеваний)
Залогом успешного проведения колоноскопии является правильная подготовка больного. Подготовка к обследованию кишечника начинается за 2-3 дня до назначенной даты исследования. Рекомендуются дополнительные средства, используемые для подготовки кишечника к исследованию
Для уменьшения вероятности неприятных ощущений во время и после осмотра назначаетс