***Подготовка к диагностическим исследованиям***

**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 жирной и жареной пищи.

— перед исследованием крови следует максимально снизить физические нагрузки. Исключить бег, подъем по лестнице. Избегать эмоционального возбуждения. Минут 10-15 нужно отдохнуть, расслабиться и успокоиться, чтобы избежать немотивированного выброса в кровь гормонов и увеличение их показателя.

— нельзя сдавать кровь сразу после физиотерапевтических процедур, ультразвукового и рентгенологического исследования, массажа и рефлексотерапии.

— 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.

**Холестерин и липопротеиды:**

— за 12 часов до исследования необходимо начать голодание.

— в течение трех дней до исследования следует соблюдать гипохолестериновую диету.

**Мочевая кислота:**

— для четкого определения уровня мочевой кислоты нужно ограничить в рационе прием мяса, рыбы, кофе и чая.

— за три дня до исследования отказаться от употребления пищи, богатой пуринами (печень, почки).

**Исследования на гормоны:**

кровь на половые гормоны для женщин сдается строго по дням менструального цикла:   
— ЛГ, ФСГ — на 3-5 день от начала цикла;  
— эстрадиол — 3-5 или 20-23 день цикла;  
— прогестерон — 20-23 день цикла;  
— ДГЭА-сульфат, тестостерон, пролактин, 17-ОН-прогестерон не зависят от дня цикла.

Перед сдачей крови на стрессовые гормоны (АКТГ, кортизол) необходимо обязательно успокоиться, расслабиться, так как любой стресс вызывает немотивированный выброс этих гормонов в кровь.

За 3 дня до проведения исследования тестостерона у мужчин необходимо исключить прием лекарственных препаратов, повышающих потенцию (Виагра и т.д.).

**Общеклинический анализ мочи:**

— накануне сдачи анализа рекомендуется не употреблять в пищу овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи (свекла, морковь и пр.), не принимать диуретики;

— 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; женщинам не рекомендуется сдавать анализ мочи во время менструации;

— в специальный контейнер или пробирку с крышкой собирают 10 мл мочи, снабжают этикеткой с необходимыми данными и направлением.

**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;

— 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 до 15-00, 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;

— содержимое утреннего кала из 3-х точек собирается в контейнер;

— в период менструаций у женщин получение биоматериала рекомендуется отложить.

**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!

**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).

**Подготовка к рентгеноскопии желудка:**

— 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;

— прийти натощак (не есть, не пить, не чистить зубы, не принимать лекарственные препараты).

**Подготовка к УЗИ малого таза, мочевого пузыря:**

— за 1-2 дня до исследования желательно исключить из рациона газообразующие продукты. При склонности к газообразованию и в случае избыточного веса у пациента рекомендуется за 2-3 дня до исследования прием активированного угля (2 таблетки по 3-4 раза в день);

— накануне исследования – легкий ужин не позднее 19 часов; при наличии у пациента сахарного диабета допустим легкий завтрак (сухари, теплый чай);

— в день обследования за 1-2 часа до исследования выпить за 1,5-2 часа до исследования выпить 1-2 литра негазированной воды (для наполнения мочевого пузыря) и не мочиться.

**Подготовка к УЗИ органов брюшной полости:**

— накануне исследования- легкий ужин не позднее 18 часов, исключая прием грубой трудноперевариваемой пищи;

— исследование проводится натощак, в день процедуры не пить, не принимать пищу, лекарственные препараты.

**УЗИ щитовидной железы, молочных желез**проводится без специальной подготовки.

**Суточное мониторирование ЭКГ, АД:**

— При проведении холтеровского мониторирования (ХМ) и суточного мониторирования артериального давления (СМАД) пациентам не рекомендуется находиться вблизи мощных линий электропередач, трансформаторных будок, пользоваться компьютером, мобильным телефоном и т.п.

— Нельзя принимать общие водные процедуры (ванна, душ), подвергаться длительным, тяжелым физическим нагрузкам, т.к. повышенное потоотделение может привести к отклеиванию электродов.

— Во время исследования рекомендуется надевать хлопчатобумажное нижнее белье и стараться не носить одежду из электризующихся синтетических и шелковых тканей.

— Не подвергать прибор ударам, воздействию вибраций, высоких и низких температур.

**Эхокардиография (УЗИ сердца):**

— Исследование проводится после 10-15 минутного отдыха.

— Перед исследованиями не рекомендуется плотный прием пищи, крепкий чай, кофе, а также проведение после приема медикаментов, физиотерапевтических процедур, лечебной физкультуры и других обследований, которые способствуют утомлению больного (рентгеновское, радиоизотопное).

— Знать точный вес.

**Электроэнцефалография (ЭЭГ)** — характеризует состояние биэлектрической активности головного мозга.

— Накануне исследования помыть голову, не пользоваться укладочными средствами для волос (лаками, муссом, гелем).

— Обязательно выспаться перед исследованием и позавтракать.

**Подготовка к ФГДС (фиброгастродуоденоскопия):**

— накануне исследования — легкий ужин не позднее 18 часов, исключая прием грубой трудноперевариваемой пищи;

— исследование проводится натощак.

**Подготовка к фиброколоноскопии:**

За три дня до исследования строгая безшлаковая диета. Можно есть мясо, мясо птицы, рыбу, все нежирное, отварное, бульон, яйца не более 2-3 шт. в день, сыр, чай, кисломолочные продукты все (кроме творога), вареную колбасу, сок без мякоти, ограничить фрукты, овощи, злаковые. Все остальное есть нельзя!

За 20 часов до исследования жидкостная диета, можно употреблять только жидкости (нежирный бульон, чай, вода, сок без мякоти).

Если Вы страдаете запорами (стул 1 раз в 3 дня и реже), то жидкостная диета должна начинаться за 48 часов до исследования.

Накануне вечером очистительные клизмы по 1,5 литра каждая до чистой воды не менее 4-х раз. Утром в день исследования очистительные клизмы по 1,5 литра каждая до чистой воды не менее 4-х раз.

Разрешается утром в день исследования прием лекарств.

Вместо очистительных клизм можно готовиться к исследованию с помощью препарата Фортранс, который необходимо приобрести в аптеке. Всего для подготовки требуется 4 пакета (в среднем 1 пакет на 15-20 кг веса)

Каждый пакет Фортранса необходимо растворить в 1 литре кипяченой прохладной воды (газированную воду использовать нельзя) и пить по 1 литру раствора в час, в среднем один стакан каждые 15 минут. Для улучшения вкуса в раствор можно запивать соком без мякоти лимон или апельсин) или водой с лимоном.

Начинать принимать препарат накануне исследования с 16.00 Раствор можно принять вечером накануне исследования. В случае затруднения выпить весь раствор в течение вечера можно разделить его на 2 приема (половину накануне вечером, остальное утром, закончить прием за 3-4 часа до исследования).

При себе иметь: чистую простыню, две впитывающие пеленки, результаты предыдущих колоноскопий.

*Внимание! На всех исследованиях необходимо быть в сменной обуви (бахилах).*

*На УЗИ и эндоскопические исследования необходимо взять полотенце.*