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;

·                          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.

**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.;

·                          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**

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.

**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.

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.

Фиброгастроскопия

утром в день исследования до ФГС ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

·                           завтракать и принимать любую пищу, даже если исследование проходит во второй половине дня

утром в день исследования до ФГС НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ:

·                          курить

·                          принимать лекарства в таблетках (капсулах) внутрь

утром в день исследования до проведения ФГС 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 ФДС

перед исследованием нужно снять съемные зубные протезы, очки, галстук.

Накануне вечером: легкоусвояемый (без салатов!) ужин до 18.00 час.

Никакой специальной диеты перед ФГС  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 ФГС (для определения динамики заболевания) и биопсии (для уточнения показаний к повторной биопсии);

·                          направление на ФГС исследование (цель исследования, наличие сопутствующих заболеваний...);

·                          полотенце хорошо впитывающее жидкость или пеленку.

При невозможности явиться в назначенное время просьба заранее позвонить врачу!!!

Уважайте себя и берегите время врача!