**Общие правила**

* Исключить физические и эмоциональные нагрузки.
* Все анализы сдавать в утренние часы, потому что показатели крови существенно меняются в течение дня, а лабораторные нормы большинства исследований рассчитаны для утренних показателей.
* Прием воды на показатели крови влияние не оказывает, поэтому воду пить можно.
* Кровь на исследование сдают до начала приема лекарственных препаратов (например, антибактериальных и химиотерапевтических) или не ранее чем через 7-14 дней после их отмены. Если Вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом лечащего врача.
* Все исследования крови делают до проведения рентгенографии, УЗИ и физиотерапевтических процедур.
* Перед сдачей мочи нужно провести тщательный туалет наружных половых органов.

**Общий анализ крови**

* Последний прием пищи должен быть не ранее, чем за 3 часа до забора крови.
* Кровь для клинического анализа берут между 7 и 9 часами утра, при минимальной физической активности непосредственно перед взятием (в течение 20-30 мин), в положении пациента лежа или сидя.
* Во время забора крови на исследование желательно успокоить ребёнка, чтобы избежать искажения результатов.

**Общий анализ мочи**

* В лаборатории получите специальный контейнер.
* 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 тщательный гигиенический туалет половых органов. Женщинам не рекомендуется сдавать анализ мочи во время менструации.
* Соберите примерно 50 мл утренней мочи в контейнер следующим образом: при первом утреннем мочеиспускании небольшое количество мочи (первые 1-2 сек) выпустить в унитаз, а затем, не прерывая мочеиспускания, подставить контейнер для сбора мочи.
* Сразу после сбора мочи плотно закройте контейнер завинчивающейся крышкой.
* Подпишите контейнер: Ф.И.О., дата рождения, дата сбора мочи.
* Если нет возможности сразу доставить мочу в лабораторию, то ее следует хранить при температуре 2-8 оС не более 1,5 часов.

**ОСОБЕННОСТИ СБОРА МОЧИ У МАЛЕНЬКИХ ДЕТЕЙ**Правильный сбор образцов мочи у детей затруднен и имеет свою специфику. Для детей младше 2 лет наиболее удобен сбор мочи в приклеиваемые пакеты-мочесборники, который, в сочетании с анализом мочи на полосках, может применяться как скрининговый тест для исключения инфекции мочевыводящих путей. Промывать область промежности перед приклеиванием пакета-мочесборника следует только водой или стерильным физиологическим раствором, использование антисептиков может привести к ложно отрицательным результатам. Пакет следует снять как можно скорее после мочеиспускания; лучше всего менять его, если в течение 60–90 минут мочеиспускания не происходило. Моча, собранная таким способом, может использоваться для тестов с помощью полосок, но непригодна для отправки на посев ввиду неприемлемо высокого процента ложно положительных результатов из-за её загрязнения.

Для детей 2–3 лет, не приученных к самостоятельному посещению туалета, может быть использована «схваченная» проба чистой мочи, сбор которой выполняется в стерильную ёмкость сразу в момент начала мочеиспускания. У детей старшего возраста, способных к сотрудничеству, рекомендуется брать мочу в середине мочеиспускания, однако во избежание загрязнения пробы детей следует проинструктировать (девочки должны раздвинуть половые губы, необрезанные мальчики –сдвинуть назад крайнюю плоть).

**Биохимические исследования**

Кровь из вены берется натощак (голодание не менее 3-4 часов).

*Строго натощак* сдается кровь для определения параметров липидного профиля (холестерин, ЛПВП, ЛПНП, триглицериды,) Сок, чай, кофе, тем более с сахаром, пить нельзя! За 1-2 дня до обследования исключить из рациона жирное и жареное.

*Глюкозотолерантный тест* в течение 3-х дней до начала теста соблюдать диету содержащую не менее 150гр. углеводов в сутки. Кровь сдается утром натощак.

**Коагулограмма**

Кровь берется из вены, натощак

Необходимо предупредить лабораторию о приёме больным противосвёртывающих лекарств.

**Исследования на гормоны, онкомаркеры**

Кровь из вены берется утром с 7:30 до 11:00

Гормоны, назначаемые в течение дня (кортизол) сдаются после 2-3 часов голодания (последний прием пищи должен быть легким, без повышенного содержания жиров).

*Гормоны репродуктивной системы* сдаются строго по дням цикла:  
если день сдачи специально не назначен врачом, то рекомендуется на 3-5 день цикла (от начала месячных).

*Гормоны щитовидной железы* сдаются независимо от дня цикла.

**Инфекционные заболевания (определение антител)**

Кровь сдается натощак (в утренние часы или спустя 2-3 ч после последнего приема пищи в дневные и вечерние часы, причем этот последний прием не должен быть обильным, а продукты с высоким содержанием жиров следует исключить из рациона и накануне сдачи анализа).

**Кал на копрологию**

В специальный контейнер, помещают кал объемом около 2 чайных ложек и доставляют в лабораторию в течение 1 часа. Стул должен быть получен без применения клизм и слабительных.

Собирать кал для исследования следует утром. Если это затруднительно, можно подготовить пробу заранее, но не более чем за 8 часов перед сдачей кала в лабораторию. В этом случае хранить пробу следует в холодильнике (не замораживать).

|  |  |
| --- | --- |
| Что обязательно следует сделать | Чего нельзя допускать |
| 1. Тщательный туалет наружных половых органов и области заднего прохода: — мыльным раствором с последующим смыванием кипяченой водой; 2. Предварительно помочиться. 3. Дефекацию производить в сухую, чистую емкость: судно или ночная ваза. 4. Перенести пробу кала объемом 3-5 куб. см в заранее подготовленный чистый сухой контейнер для хранения и транспортировки. 5. Если планируется исследование кала на наличие скрытой крови, то за три дня исключить из рациона мясо, рыбу, зеленые овощи и помидоры | 1. Нельзя проводить исследования кала раньше чем через 2 дня после клизмы, рентгенологического исследования желудка и кишечника, колоноскопии. 2. Нельзя накануне принимать лекарственные вещества в том числе: — слабительные; — активированный уголь; — препараты железа, меди, висмута; — использовать ректальные свечи на жировой основе. 3. Не допускать попадания в образец мочи или воды. 4. Проводить исследование кала у женщин во время менструации |

**Исследование кала на скрытую кровь**

— За три дня до сдачи этого анализа из рациона необходимо исключить мясо, печень, кровяную колбасу и все продукты, содержащие железо (яблоки, болгарский перец, шпинат, белую фасоль, зеленый лук, огурцы и т.д.)

— Стул должен быть получен без применения клизм и слабительных.

— Сбор кала (около 1 чайной ложки) осуществляется в специальный контейнер.

— Материал доставляют в лабораторию в течение 1 часа.

**Исследование на энтеробиоз (для выявления яйц остриц)**

— Для данного исследования биоматериал берется с перианальных складок (вокруг анального отверстия).

Процедура проводится утром сразу после подъема с постели ДО ПРОВЕДЕНИЯ ГИГИЕНИЧЕСКИХ ПРОЦЕДУР, МОЧЕИСПУСКАНИЯ И ДЕФЕКАЦИИ.

**Кал на яйца паразитов методом Parasep**

1. Отсоедините камеру для забора образца от пробирки. Снимите с неё крышку.
2. При помощи шпателя на фильтре-концентраторе отберите небольшое количество образца (для пробирки 15 мл достаточно 1г). Внесите его в камеру и тщательно перемешайте, используя шпатель.
3. Присоедините камеру с образцом к пробирке, проследив при этом, чтобы сработал специальный замок, предупреждающий проливание содержимого (звук щелчка). Тщательно встряхните пробирку до получения  равномерно окрашенной взвеси. В таком виде образец может храниться до 24 часов при комнатной температуре.