

## Правила подготовки пациентов к сдаче анализов крови

- Забор крови проводится натощак. "Натощак" - это когда между последним приемом пищи и взятием крови проходит не менее 8 ч. (желательно - не менее 12 ч.). Сок, чай, кофе, тем более с сахаром, не допускаются. Можно пить воду.
- Желательно за 1 - 2 дня до обследования исключить из рациона жирную, жареную пищу и алкоголь. Если накануне состоялось застолье - необходимо перенести лабораторное исследование на 1 - 2 дня.
- За час до взятия крови необходимо воздержаться от курения.
- Исключить физические и эмоциональные нагрузки накануне исследования
- При сдаче венозной крови нужно исключить факторы, влияющие на результаты исследований: физическое напряжение (бег, подъем по лестнице), эмоциональное возбуждение. Поэтому перед процедурой следует отдохнуть 10 - 20 минут, успокоиться.
- Кровь на анализ сдают до начала приема лекарственных препаратов (например, антибактериальных и химиотерапевтических) или не ранее чем через 10 - 14 дней после их отмены. Исключение составляют случаи, когда хотят исследовать концентрацию лекарств в крови. Если вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом лечащего врача. Для получения корректных результатов необходимо прекратить прием железосодержащих пищевых добавок или лекарственных препаратов или предупредить о приеме препаратов лечащего врача.
- Если было проведено переливание крови, исследование необходимо отложить на несколько дней.
- Кровь следует сдавать до проведения рентгенографии, ректального исследования, УЗИ и других инструментальных методов исследования или физиотерапевтических процедур.

*Анализ на исследование уровня простатспецифического антигена (ПСА) следует проводить до или не ранее чем после 6 - 7 дней после массажа или пальцевого ректального обследования простаты, трансректального УЗИ, биопсии, лазерной терапии, эргометрии, цисто- и колоноскопии, и после любых других механических воздействий на простату. Важно учитывать, что повышение уровня ПСА может быть в течение до 3 недель после биопсии, простатэктомии или массажа простаты. Для исключения ошибок определение свободного и общего иммунореактивного ПСА (с расчетом их соотношения) надо проводить одним методом и из одной пробы крови.*

- При гормональных исследованиях у женщин репродуктивного возраста (примерно с 12 - 13 лет и до наступления климактерического периода) на результаты влияют физиологические факторы, связанные со стадией менструального цикла. Поэтому при подготовке к обследованию на гормоны ФСГ, ЛГ, пролактин, эстриол, эстрадиол, прогестерон следует указать фазу цикла. При проведении исследования на половые гормоны строго придерживайтесь рекомендаций вашего лечащего врача о дне менструального цикла, в который необходимо сдать кровь.
- Содержание многих аналитов в крови подвержено суточным (циркадный ритм) и почасовым (цирхоральный ритм) колебаниям, поэтому для ряда исследований кровь следует сдавать строго в определенное время суток. Так, кровь на тиреотропный гормон (ТТГ), паратиреоидный гормон (ПТГ), адренкортикотропный гормон (АКТГ), а также на железо сдают только до 10 утра. Сдавать кровь на АКТГ предпочтительно около 9 часов, если нет особых указаний эндокринолога. Дополнительные пробы, взятые поздно вечером, могут быть полезны при диагностике синдрома Кушинга. У женщин анализ производится на 6 - 7 день менструального цикла, если другие сроки не указаны лечащим врачом. Для адекватной сравнительной оценки в динамике пробы крови следует брать в одни и те же периоды времени.
- При сдаче крови для определения уровня **онкомаркеров** необходимо придерживаться общих правил при подготовке к исследованию лабораторных показателей. При отсутствии возможности прийти в лабораторию утром, можно выдержать перед забором крови период голодания не менее 6 часов, исключив при утреннем приеме пищи жиры. При этом следует учитывать, что референсные значения (границы «нормы») лабораторных показателей обычно отражают статистические данные, полученные в стандартных условиях, при взятии крови в утреннее время (с 8 до 10 часов). При динамическом наблюдении исследуемого параметра повторные исследования рекомендуется проводить в одинаковых условиях (сдавать кровь в одинаковое время суток, в одной лаборатории и пр.)