**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.**

**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**

**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.
Подготовка к УЗИ молочных желез
Исследование молочных желез желательно проводить в первые 7-10 дней менструального цикла (1 фаза цикла).
Подготовка к УЗИ поясничного отдела позвоночника
Исследование проводится строго натощак после 4-х часового голодания.
За два дня обеспечить бесшлаковую диету.
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.**