

## ПРАВИЛА ПОДГОТОВКИ К АНАЛИЗАМ

### Анализ крови

- Рекомендуется сдавать кровь утром, натощак (не менее 8 часов и не более 14 часов голода, питье – вода в обычном режиме), накануне следует избегать существенных пищевых перегрузок, т.е. не переедать. Важно учитывать, что строго натощак, после 12 - 14 часового голодания, следует сдавать кровь для определения параметров липидного профиля (холестерол, липопротеиды высокой и низкой плотности, триглицериды и др.); глюкозотолерантный тест выполняется также утром натощак после не менее 12-ти, но не более 16-ти часов голодания.
- Если вы принимаете какие-то лекарственные препараты, следует проконсультироваться с врачом по поводу целесообразности проведения исследования на фоне их приема или возможности отмены приема препарата перед исследованием (длительность отмены определяется периодом выведения препарата из крови);
- Требуется исключить прием алкоголя накануне исследования, а еще лучше отказаться от него в течение недели;
- Курение, никотин и другие составляющие сигарет, папирос и табака могут оказать влияние на результаты, поэтому следует не курить минимально в течение 1 часа до исследования;
- Исключить физические и эмоциональные стрессы накануне исследования;
- После прихода в лабораторию целесообразно отдохнуть (лучше - посидеть) 10-20 минут перед взятием проб крови;
- Нежелательно сдавать кровь для лабораторного исследования вскоре после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования и других медицинских процедур. После некоторых медицинских процедур (например, взятия биопсии предстательной железы перед исследованием ПСА) следует отложить лабораторное обследование на несколько дней;
- При контроле лабораторных показателей в динамике рекомендуется проводить повторные исследования в одинаковых условиях: в одной лаборатории, сдавать кровь в одинаковое время суток и пр.

В ряде случаев необходима специфическая подготовка, например - тесты на инфекции, экстренные исследования желательно проводить натощак (4 - 6 часов голодовой паузы) Так что если ваш лечащий врач рекомендовал посетить лабораторию для сдачи каких-либо анализов, **ОБЯЗАТЕЛЬНО** уточните, какие ваши действия должны предшествовать этому мероприятию.

### Анализ мочи.

- Накануне сдачи анализа не рекомендуется употреблять овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи (к ним относятся - свекла, морковь и пр.).
- Не рекомендуется пить много минеральной воды.

- Нежелательно применение лекарственных средств: витаминов, жаропонижающих, болеутоляющих, диуретических препаратов. Однако не стоит самостоятельно отменять лекарство, обязательно проконсультируйтесь с лечащим врачом.
- Рекомендуется избегать накануне сильных физических нагрузок.
- Женщинам не рекомендуется сдавать анализ мочи во время менструации.

#### **Правила сбора мочи для общего анализа:**

Перед сбором мочи надо произвести тщательный гигиенический туалет половых органов. Соберите примерно 50 мл утренней мочи в специальный пластиковый контейнер. Для правильного проведения исследования при первом утреннем мочеиспускании небольшое количество мочи (первые 1 - 2 сек.) выпустить в унитаз, а затем, не прерывая мочеиспускания, подставить контейнер для сбора мочи, в который собрать приблизительно 50 мл мочи.

#### **Правила сбора суточной мочи для лабораторных исследований (суточная потеря белка, суточная экскреция солей, кальций, фосфор, мочева кислота):**

- утром перед сбором мочи провести туалет наружных половых органов
- первую утреннюю порцию мочи не собирают. Но отмечают время мочеиспускания; в дальнейшем собирают всю мочу, выделяемую за 24 часа от отмеченного времени первого мочеиспускания до того же часа через сутки;
- мочу следует хранить в закрытой емкости в холодильнике на нижней полке, не допуская замораживания.
- После завершения сбора мочи содержимое емкости точно измерить, обязательно перемешать и сразу же отлить в специальный пластиковый контейнер для сбора мочи баночку ( 50- 100 мл). Всю мочу приносить не надо.
- На направительном бланке или просто обычном листе бумаги нужно указать суточный объем мочи (диурез) в миллилитрах, например: «Диурез 1250 мл», напишите также свои рост и вес.

#### **Анализ кала (кал на скрытую кровь, кал на яйца глистов)**

##### **Подготовка к исследованию:**

- Рекомендуется за 3 дня до исследования исключить из рациона грубую пищу (например, сухари).
- За 3 - 4 дня до исследования необходимо отменить приём слабительных препаратов, касторового и вазелинового масла, прекратить введение ректальных свечей. Кал, полученный после клизмы, а также после приёма бария (при рентгеновском

обследовании) для исследования не используется.

- Женщинам не рекомендуется сдавать анализ во время менструации.
- После рентгенологического исследования желудка и кишечника проведение анализа кала показано не ранее, чем через двое суток.

#### **Забор кала:**

Кал собирается после самопроизвольной дефекации (нельзя проводить исследование после клизмы!) в универсальный транспортный контейнер, в объеме, равном 1/2 чайной ложки из различных мест разовой порции. Следует избегать примеси мочи и выделений из половых органов

**Условия хранения и транспортировки.** До 12 часов при T=+4+8°C. Доставка в лабораторию в день забора.

#### **Анализ кала на дисбактериоз.**

Материал для определения собирается до начала лечения антибактериальными и химиотерапевтическими препаратами. Для исследования собирают свежесобраный кал.

До сбора анализа помочитесь в унитаз, далее путем естественной дефекации в подкладное судно соберите испражнения (очень важно следить, чтобы в анализ не попала моча). Подкладное судно предварительно обрабатывается любым дезинфицирующим средством, тщательно промывается проточной водой несколько раз и ополаскивается кипятком.

Кал собирается в чистый, одноразовый контейнер с завинчивающейся крышкой и ложечкой в количестве не более 1/3 объема контейнера. Материал доставляется в лабораторию в течение 3 часов с момента сбора анализа. Желательно в течение указанного времени материал хранить в холоде (для этого можно использовать хладопакет или обложить контейнер кубиками льда, приготовленными заранее в обычной морозилке домашнего холодильника).

На контейнере необходимо указать вашу фамилию, инициалы, дату рождения, дату и время сбора материала, запись должна быть сделана разборчивым почерком.

При сборе материала для анализа необходимо соблюдать следующие условия:

- не допускается замораживание;
- не допускается длительное хранение (более 5 - 6 часов);
- не пригодны никакие транспортные среды, кроме указанной;
- не допускается неплотно закрытый контейнер;
- не подлежит исследованию биоматериал, собранный накануне.