



Правила подготовки к диагностическим исследованиям

Правила подготовки к исследованиям крови

• **Общие правила подготовки к забору крови:**

- Рекомендуется сдавать кровь в утренние часы (с 8 до 11 часов утра) натощак (не менее 8 часов и не более 14 часов голода, питье – вода, в обычном режиме), избегая накануне пищевых перегрузок.
- Непосредственно перед забором крови рекомендуется отдохнуть (посидеть в течение 10–20 минут).
- Алкоголь следует исключить накануне проведения забора крови.
- Курение рекомендуется ограничить в день сдачи крови на исследование (не курить минимально в течение 1 часа до исследования).
- Рекомендуется избегать физических и эмоциональных перегрузок накануне забора крови.
- При приеме каких-либо лекарственных средств следует проконсультироваться с врачом по поводу целесообразности проведения исследования на фоне приема медикаментов и/или возможности отмены приема препарата перед исследованием. Длительность отмены определяют периодом выведения препарата из крови. Необходима консультация врача.
- При контроле различных показателей в динамике следует проводить повторные исследования в одинаковых условиях: тем же методом, сдавать кровь примерно в одинаковое время суток и т. д.
- Забор крови может быть выполнен не натощак, в любое время суток – по указанию врача.
- В ряде экстренных ситуаций анализ крови нельзя откладывать на следующий день. Предполагаемые сдвиги существенно перекрывают диапазон возможного влияния приема пищи, времени суток или иных преаналитических факторов (см. Таблица 1). В подобных ситуациях также следует ориентироваться на соблюдение минимальных возможных правил подготовки к забору крови.

Таблица 1. Основные преаналитические факторы, которые могут оказывать влияние на результаты исследования крови

Фактор	Возможное влияние
Лекарственные средства	Влияние на результаты исследования не предсказуемое и зависит от типа

	лекарственного средства, выполняемого исследования и индивидуальных особенностей организма
Фаза менструального цикла	Значима для ряда гормональных исследований, перед исследованием следует уточнить у врача оптимальные дни для взятия пробы для определения уровня ФСГ, ЛГ, пролактина, прогестерона, эстрадиола, 17-ОН-прогестерона, андростендиона, ингибина, АМГ
Пища	Возможно прямое влияние за счет всасывания компонентов пищи. Также вероятно косвенное влияние на результат исследования – сдвиги уровня гормонов в ответ на прием пищи, мутность пробы, связанная с повышенным содержанием жировых частиц и т. д.
Алкоголь	Алкоголь оказывает серьезное влияние на процессы метаболизма (в том числе может вызывать острые и хронические эффекты)
Курение	Может изменять секрецию ряда биологически активных веществ
Физиопроцедуры, инструментальные обследования	Возможно временное изменение некоторых лабораторных параметров
Физические и эмоциональные перегрузки	Могут стать причиной гормональных и биохимических перестроек
Время забора крови	Существуют суточные ритмы активности человека, которые опосредуют суточные колебания многих гормональных и биохимических параметров, выраженные в большей или меньшей степени для разных показателей; референсные значения – границы нормы – обычно отражают статистические данные, полученные в стандартных условиях, при взятии крови в утреннее время

- Капиллярная кровь: нет особых преаналитических требований по подготовке к исследованию капиллярной крови у детей (общий клинический анализ крови). Биоматериал при плановом обследовании желательно сдавать утром натощак (у грудных детей – перед очередным кормлением, питьевой режим – обычный). В экстренной ситуации, связанной с необходимостью срочной диагностики, требованием взятия крови натощак для определенного исследования можно пренебречь. При невозможности выполнения рекомендуемых условий взятия крови утром натощак допускается взятие пробы в течение дня, а также после приема небольшого количества нежирной пищи.

- Ряд исследований крови предполагает специальные правила подготовки.
- Ограничения по времени взятия крови и приему пищи представлены в Таблице 2.

Таблица 2. Ограничения по времени суток и приему пищи при взятии проб крови на исследования

Условные обозначения				
+	Рекомендуется			
±	Допускается с ограничениями, суточный ритм следует учитывать при исследованиях в динамике и пограничных значениях результатов относительно референсных значений			
-	Не желательно			
Тест	Ограничения по времени взятия крови			Ограничение по приему пищи (воду пить можно)
	8–11 часов	12–17 часов	18–08 часов	
Общий анализ крови, коагулология	+	+	± (экстренные)	Предпочтительно после ночного периода 8–12 часов голодания (минимально – 4 часа натощак; грудным детям – перед очередным кормлением)
Биохимические тесты	+	±	± (экстренные)	Строго натощак после ночного периода голодания: от 8 до 14 часов – глюкоза, глюкозотолерантный тест, холестерин, холестерин ЛПВП, аполипопротеины, пепсиногены, инсулин, НОМА, гормоны, маркеры костного метаболизма, ФиброТест, ФиброМакс, СтеатоСкрин; от 12 до 14 часов – триглицериды, холестерин ЛПНП, холестерин ЛПОНП, гастрин, гастропанель; остальные тесты – при плановом обследовании предпочтительно утром, натощак, после ночного периода голодания 8–12 часов, в экстренной ситуации допустимо выдержать 4 часа после последнего приема пищи.
Гормональные тесты (подробнее см. Табл. 3)	+	±	-	См. Таблица 3
Маркеры костного	+	±	-	Предпочтительно после

обмена (остеопороза)				ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа).
Витамины	+	±	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа).
Иммунологические профили, интерфероновый статус	+	±	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа).
Онкомаркеры, аутоиммунные маркеры, аллергологические тесты, маркеры инфекций	+	+	+	Предпочтительно выдержать 4 часа после последнего приема пищи.
Генетические тесты	+	+	+	Специальных требований нет.
Микроэлементы	+	+	-	Предпочтительно после ночного периода 8-12 часов голодания (минимально 4 часа).

Таблица 3. Ограничения по времени суток и приему пищи при взятии проб крови на гормональные тесты

Условные обозначения				
+	Рекомендуется			
±	Допускается с ограничениями, суточный ритм следует учитывать при исследованиях в динамике и пограничных значениях результатов относительно референсных значений			
-	Не желательно			
Тест	Ограничения по времени взятия крови			Ограничение по приему пищи (воду пить можно)
	8–11 часов	12–17 часов	18–08 часов	
АКТГ	8–11 часов	-	-	После ночного периода голодания 8-12 часов.
Кортизол	+	-	-	После ночного периода голодания 8-12 часов.
Паратгормон	9–11 часов	±	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа).
Кальцитонин	+	±	-	
Альдостерон	+	±	-	После ночного периода голодания 8-12 часов.
Ренин	+	-	-	
Катехоламины	+	±	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа).
Пролактин	+	±	-	
Тиреоидная панель	+	±	-	

Инсулин, С-пептид	+	В зависимость и от цели	-	Строго натощак утром после 9-12 часового периода ночного голодания, если нет иных указаний врача.
СТГ	+	±	-	После ночного периода голодания 8-12 часов, если нет иных указаний врача.
ФСГ, ЛГ, эстрадиол, прогестерон, тестостерон (жен.), ГСПГ, ингибин, 17-ОН-прогестерон, андростендион	+	±	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа).
ДЭА-SO ₄	+	+	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа).
Тестостерон (муж.)	+	-	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа).
Бета-ХГЧ (тест на берем.)	+	+	+	Выдержать 4 часа после приема пищи.
Тесты профилей PRISCA	+	+	-	Выдержать 4 часа после приема пищи.
Остальные тесты	+	±	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа).

- Ряд исследований крови предполагает специальные правила подготовки.

- **Общий анализ крови**

Кровь сдается в утренние часы натощак (или в дневные и вечерние часы, спустя 4–5 часов после последнего приема пищи). За 1–2 дня до исследования исключить из рациона продукты с высоким содержанием жиров.

- **Мочевина**

За 1–2 дня до исследования необходимо соблюдать диету: отказаться от употребления богатой пуринами пищи - печени, почек, а также максимально ограничить в рационе мясо, рыбу, кофе, чай. Противопоказаны интенсивные физические нагрузки.

- **Холестерин, липопротеины**

Кровь необходимо сдавать после 12–14-часового голодания. За две недели до исследования необходимо отменить препараты, понижающие уровень

липидов в крови (если не ставится цель определить гипополипидемический эффект терапии этими препаратами).

- **Глюкоза**

При сдаче крови на глюкозу (в дополнение к основным требованиям подготовки к анализам) нельзя чистить зубы и жевать резинку, пить утренний чай/кофе (даже несладкий). Утренняя чашка кофе кардинально изменит показатели глюкозы. Также на них повлияют контрацептивы, мочегонные средства и другие лекарства.

- **Глюкозотолерантный тест**

Проводится только при наличии предварительных результатов определения глюкозы натощак, без нагрузки. Содержание глюкозы в плазме крови определяют натощак и через 2 часа после нагрузки глюкозой.

Необходимо в течение трех дней до исследования соблюдать обычный режим питания (с содержанием углеводов > 125-150 г в сутки) и придерживаться привычных физических нагрузок. Исследование проводится утром натощак после ночного голодания в течение 10-14 часов (в это время нельзя курить и принимать алкоголь).

Во время проведения исследования пациент должен спокойно лежать или сидеть, не курить, не переохлаждаться и не заниматься физической работой.

Не рекомендуется проводить исследование после и во время стрессовых воздействий, после операций и родов, при воспалительных процессах, алкогольном циррозе печени, гепатитах, во время менструаций, при заболеваниях ЖКТ с нарушением всасывания глюкозы.

Перед проведением теста необходимо исключить лечебные процедуры и прием лекарств (адреналина, глюкокортикоидов, контрацептивов, кофеина, мочегонных тиазидного ряда, психотропных средств и антидепрессантов).

- **Гормоны щитовидной железы**

При первичной проверке уровня тиреоидных гормонов отменить препараты, влияющие на функцию щитовидной железы за 2-4 недели до исследования. При контроле лечения - исключить прием препаратов в день исследования и обязательно отметить это в направительном бланке (отметить также и информацию о приеме других лекарств – аспирин, транквилизаторов, кортикостероидов, пероральных контрацептивов).

- **Адреналин и норадреналин**

За 8 дней до исследования исключить лекарственные препараты: салицилаты, В-блокаторы. За 1 день до исследования необходимо воздержаться от тяжелой физической нагрузки, исключить алкоголь, кофе, чай, витамины группы В, бананы.

- **АКТГ, кортизол**

В связи с тем, что АКТГ и кортизол являются гормонами стресса, перед процедурой сдачи крови необходимо в течение 20 минут успокоиться и расслабиться, так как любой стресс вызывает немотивированный выброс этих гормонов в кровь, что повлечет увеличение данного показателя.

Уровень этих гормонов циклически изменяется в течение суток, поэтому наиболее информативны результаты исследований, проведенных утром до 9 часов.

- **Инсулин, С – пептид**
кровь сдавать строго в утренние часы.

- **Половые гормоны**

У женщин репродуктивного возраста на результаты гормональных исследований влияют физиологические факторы, связанные со стадией менструального цикла. Во время обследования на половые гормоны следует указать фазу менструального цикла.

Гормоны репродуктивной системы необходимо сдавать строго по дням цикла:

- **ЛГ, ФСГ** - 3–5 день цикла;
- **Эстрадиол** - 5–7 или 21–23 день цикла;
- **Прогестерон** - 21–23 день цикла;
- **17-ОН- прогестерон, ДГА - сульфат, тестостерон** - 7–9 день.
- **Пролактин** – кровь сдавать утром в состоянии покоя, перед исследованием исключить пальпацию молочных желез.

- **ПСА (общий, свободный)**

После биопсии предстательной железы и массажа простаты кровь для определения ПСА можно сдавать не ранее чем через 2 недели. Постхирургический уровень ПСА определяется не ранее чем через 6 недель после вмешательства.

- **Гаптоглобин**

Перед исследованием необходимо исключить прием следующих препаратов: дапсона, метилдопы, сульфасалазина, эстрогенов, пероральных контрацептивов, тамоксифена, андрогенов.

- **Альфа-2-макроглобулин**

В течение трех дней перед исследованием необходимо воздержание от употребления в пищу мяса.

- **ФиброТест, ФиброМакс, СтеатоСкрин**

Взятие крови проводится строго натощак в утренние часы. За 1–2 дня до исследования не рекомендуется принимать аскорбиновую кислоту, необходимо также исключить лекарства и продукты, вызывающие искусственную окраску сыворотки (морковь, апельсин).

Для проведения исследования ФиброМакс необходимо указать свой точный вес и рост.

- **Гастрин-17, Гастрин-17 стимулированный, пепсиноген I, пепсиноген II, H. Pylori IgG**

Кровь на исследование необходимо сдавать строго натощак после 12-часового голодания.

За 1 неделю до проведения исследования воздержаться от приема лекарственных средств, влияющих на желудочную секрецию: Percedin, Zantac, Nizax, Ranimex, Esofex, Losec, Somac, Ranixal, Ranil.

За 1 день до проведения исследования воздержаться от приема медикаментов, нейтрализующих соляную кислоту, секретлируемую желудком: Alsucral, Balancid, Prepulsid, Metropam, Librax, Gaviscon.

Если возникают трудности с отменой лекарств, обязательно сообщить об этом лечащему врачу.

За 3 часа до сдачи крови воздержаться от курения.

- **Протеин С, Протеин S, фактор Виллебранда**

Не проводить исследование во время острых периодов заболеваний и во время приема антикоагулянты препаратов (после отмены должно пройти не менее 30 дней). Биоматериал на исследование необходимо сдавать натощак. Между последним приёмом пищи и взятием крови должно пройти не менее 8 часов. Женщинам не рекомендуется проводить исследования на гемостаз во время менструации.

- **СА-125 яичники**

Более информативно сдавать через 2–3 дня после менструации.

- **Исследования крови на наличие инфекций**

За 1–2 дня до исследования исключить из рациона продукты с высоким содержанием жиров. За 2 дня до сдачи крови на вирусные гепатиты исключить из рациона цитрусовые, оранжевые фрукты и овощи.

Результаты исследований на наличие инфекций зависят от периода инфицирования и состояния иммунной системы, поэтому отрицательный результат полностью не исключает инфекции. На раннем этапе заболевания происходит сероконверсия (отсутствие антител в острый период заболевания).

В сомнительных случаях целесообразно провести повторный анализ спустя 3-5 дней.

Исследование крови на наличие антител класса IgM к возбудителям инфекций следует проводить не ранее 5–7 дня с момента заболевания, а антител классов IgG, IgA не ранее 10-14 дня. Это связано со сроками выработки антител иммунной системой и появлением их в крови в диагностическом титре.

Правила подготовки к исследованиям мочи

- ***Общие правила подготовки к исследованиям мочи:***

- Контейнер для сбора мочи можно получить в медицинском центре бесплатно.
- Накануне сдачи мочи рекомендуется не употреблять алкоголь; 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. 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.

- ***Сбор суточной мочи:***

Собрать мочу в течение 24 часов на обычном питьевом режиме (1,5–2 л в сутки):

В 6-8 часов утра освободить мочевого пузыря (эту порцию мочи вылить). В течение 24 часов собрать мочу в чистый сосуд емкостью не менее 2 л. Во время сбора емкость с мочой необходимо хранить в прохладном месте (оптимально — в холодильнике на нижней полке при +4 - +8° С), не допуская ее замерзания. Последнюю порцию мочи собрать точно в то же время, когда накануне был начат сбор. Измерить количество мочи, отлить 50-100 мл в чистый контейнер. Обязательно написать на контейнере объем мочи, собранной за сутки.

- ***Микробиологическое исследование мочи:***

Исследованию подлежит средняя порция свободно выпущенной мочи, собранной в количестве не менее 3–5 мл в стерильный одноразовый

контейнер в индивидуальной упаковке после тщательного туалета наружных половых органов. Оптимальное время доставки в медицинский центр в течение 2 ч. Допустимо хранение в холодильнике при 4°С до 24 часов.

• **Общий анализ мочи**

Для общего анализа используют первую утреннюю порцию мочи (предыдущее мочеиспускание должно быть не позже 2-х часов ночи).

Провести туалет наружных половых органов.

Мужчинам при мочеиспускании полностью оттянуть кожную складку и освободить наружное отверстие мочеиспускательного канала. Женщинам раздвинуть половые губы.

Первые несколько миллилитров мочи слить в унитаз. Всю порцию утренней мочи собрать в сухой чистый контейнер при свободном мочеиспускании.

Отлить 40–50 миллилитров от общего объема мочи в специальный контейнер и плотно закрыть крышкой. Нельзя брать мочу из судна, горшка. Собранную мочу сразу доставить в медицинский центр. Допускается хранение мочи в холодильнике (при t +2 – +4° С), но не более 1,5 часов.

• **Анализ мочи по Нечипоренко**

Собрать мочу утром (сразу после сна) по методу 3-х стаканной пробы: начинать мочиться в унитаз, среднюю порцию собрать в посуду для лабораторного исследования, заканчивать — в унитаз. Вторая порция мочи должна преобладать по объему. В медицинский центр доставить среднюю порцию мочи в специальном контейнере. Сообщить время сбора мочи администратору.

Допускается хранение мочи в холодильнике (при t +2°- +4°), но не более 1,5 часов.

• **Анализ мочи по Зимницкому**

Собрать мочу в течение 24 часов на обычном питьевом режиме (1,5-2 л в сутки), учитывая выпитое количество жидкости за сутки.

В 6 часов утра освободить мочевого пузырь (эту порцию мочи вылить).

Через каждые 3 часа в течение суток собирать мочу в отдельные емкости, на которых указывать время сбора и номер порции.

Всего 8 порций:

1 порция	с 6-00 до 9-00 часов
2 порция	с 9-00 до 12-00
3 порция	с 12-00 до 15-00
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 контейнерах доставить в медицинский центр.

- **Проба Реберга (креатинин крови, креатинин суточной мочи)**

Перед проведением пробы необходимо избегать физических нагрузок, исключить крепкий чай, кофе, алкоголь.

Моча собирается в течение суток: первая утренняя порция мочи сливается в унитаз, все последующие порции мочи, выделенные в течение дня, ночи, и утренняя порция следующего дня собираются в одну емкость, которая хранится в холодильнике ($t +4^{\circ} +8^{\circ} \text{C}$) в течение всего времени сбора (это необходимое условие).

После завершения сбора мочи содержимое емкости измерить, обязательно перемешать и сразу же отлить в специальный контейнер, который необходимо доставить в медицинский центр.

Объем суточной мочи сообщить процедурной медсестре.

После этого берется кровь из вены для определения креатинина.

- **Биохимия мочи**

При подготовке к биохимическому анализу мочи обратите внимание на то, какую мочу необходимо собирать (разовую или суточную) для каждого вида анализа.

- **Сбор мочи на определение оксалатов**

Материалом для исследования служит только разовая моча.

- **Проба Сулковича (кальций мочи, качественный тест)**

Сразу после сна натощак собрать всю утреннюю порцию мочи в сухой чистый контейнер.

Перемешать всю собранную мочу. Отлить 40-50 миллилитров от общего объема мочи в специальный стерильный контейнер и плотно закрыть крышкой. Нельзя брать мочу из судна, горшка.

Мочу в контейнере доставляют в медицинский центр.

- **Анализ мочи на катехоламины**

Сразу после сна натощак собрать всю утреннюю порцию мочи в сухой чистый контейнер.

- **Определение ДПИД в моче**

Сбор мочи произвести до 10 утра. Собрать и доставить в медицинский центр 1-ю или 2-ю утреннюю порцию мочи.

- **Посев мочи (с определением чувствительности к антибиотикам)**

Сбор мочи необходимо проводить до начала медикаментозного лечения и не ранее 10-14-ти дней после проведенного курса лечения. Мочу собрать в специальный стерильный контейнер: Первые 15 мл мочи слить в унитаз. Последующие 3-10 мл собрать в специальный стерильный контейнер, плотно закрутить крышку. Доставить биоматериал в медицинский центр в течение 1,5-2 часов после сбора. Допускается хранение биоматериала в холодильнике (при $t +2^{\circ} +4^{\circ} \text{C}$) не более 3-4 часов.

- **Сбор мочи на определение UBC (антиген рака мочевого пузыря)**

Рекомендуется производить сбор утренней порции мочи. Исследованию подлежит произвольная порция мочи, находившаяся в мочевом пузыре 3 часа и более. Биоматериал доставляется в медицинский центр в течение 3-х часов после сбора в специальном контейнере.

- **2-х стаканная проба**

Для исследования собирается полная порция мочи, находившаяся в мочевом пузыре не менее 4-5 часов, предпочтительнее собирать первую утреннюю мочу. Пациент начинает мочеиспускание в первую емкость и заканчивает во вторую, при этом важно, чтобы вторая порция мочи была большей по объему. Не трогайте руками стерильную соломинку и внутреннюю часть крышки.

Каждый контейнер должен быть наполнен не более чем на 3/4 от его объема. Минимальный — 30 мл, максимальный — 80 мл.

Плотно закрутите крышку, осторожно придерживая за края. Перемешайте содержимое контейнера 3-5 раз, осторожно перевернув его на 180° .

В медицинский центр доставляются обе пробирки с мочой, при этом необходимо указать на каждой пробирке номер порции. Допускается хранение в холодильнике ($+2...+4$), но не более 1,5 ч.

- **3-х стаканная проба**

Для исследования собирается полная порция мочи, находившаяся в мочевом пузыре не менее 4-5 часов, предпочтительнее собирать первую утреннюю мочу.

Пациент начинает мочиться в первую емкость, продолжает во вторую и заканчивает в третью, при этом важно, чтобы вторая порция мочи была большей по объему (около 80% всей мочи). Не трогайте руками стерильную соломинку и внутреннюю часть крышки.

Каждый контейнер должен быть наполнен не более чем на 3/4 от его объема. Минимальный — 30 мл, максимальный — 80 мл.

Плотно закрутите крышку, осторожно придерживая за края. Перемешайте содержимое контейнера 3-5 раз, осторожно перевернув его на 180°.

В медицинский центр доставляются все три пробирки с мочой, при этом необходимо указать на каждой пробирке номер порции. Допускается хранение в холодильнике (+2...+4), но не более 1,5 ч.

- **Цитологическое исследование мочи**

Необходимо собирать мочу **после** утреннего мочеиспускания. Моча, собранная во время утреннего мочеиспускания, для данного исследования, не используется. Клетки, которые оставались всю ночь в мочевом пузыре, могут разрушаться. Перемешать всю собранную мочу. Отлить 40-50 мл в специальный стерильный контейнер и доставить в медицинский центр.

Правила подготовки к исследованиям кала

- **Общие правила подготовки к исследованиям кала:**

- Контейнер для сбора кала можно получить в медицинском центре бесплатно
- За 72 часа до исследования откажитесь от использования ректальных свечей и масел, слабительных средств и клизм, а также прекратите приём препаратов, оказывающих влияние на работу кишечника и окраску кала (после консультации с врачом).
- Соберите образец кала после естественного опорожнения кишечника без применения клизм или слабительных средств.
- Позаботьтесь о том, чтобы в биоматериал не попали посторонние примеси: вода, моча, выделения половых органов, дезинфицирующие средства и химические вещества, содержащиеся в подгузниках:
 - перед дефекацией вымойте и высушите промежность;
 - соберите кал с чистой и не впитывающей влагу поверхности: это может быть чистый пакет из полиэтилена, клеёнка, чистое судно или горшок.Собирать кал из унитаза, пелёнок или подгузников — нельзя.
- Поместите 1-2 чайных ложки биоматериала в герметичный контейнер. Если нужно выполнить несколько анализов, подготовьте для каждого исследования отдельную порцию биоматериала в отдельном контейнере.
- Доставьте контейнер в медицинский центр в течение 2 часов после сбора. Чтобы сохранить температуру контейнера, можно

поместить его в термос с кубиком льда или в пакет с хладоэлементами.

- Если отслеживаете показатели в динамике, сдавайте каждый анализ при одинаковых условиях: тем же методом.

- **Биохимический анализ кала**

Отобрать в отдельный контейнер 2-4 г (1 чайная ложка) кала и в течение 3х часов доставить в медицинский центр. Обязательно указать тип стула (понос, запор, без особенностей, стул со слабительными).

- **Исследование кала на скрытую кровь**

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

В специальный контейнер собрать 1-2 чайных ложки кала. Доставить в медицинский центр в течение 5-и часов после сбора.

- **Соскоб на энтеробиоз**

Накануне исследования рекомендуется получить специальную пробирку с зондом для сбора биоматериала в медицинском центре.

Для данного исследования берётся соскоб с перианальных складок (вокруг анального отверстия) самим пациентом. Утром, не вставая с постели, до проведения гигиенических процедур и туалета, провести зондом круговыми движениями вокруг анального отверстия. Поместить зонд в специальную пробирку. Доставить в медицинский центр в течение 3-х часов после сбора.

Правила подготовки к ультразвуковому исследованию

- **Матка и придатки**

Исследование трансабдоминальным методом проводится при полном мочевом пузыре. Необходимо не мочиться до исследования в течение 3 - 4 часов и за 1 час до процедуры выпить 1 л негазированной жидкости.

Накануне исследования сделать очистительную клизму. Исследование

трансвагинальным методом проводится при опорожненном мочевом пузыре, в т.ч. и для определения беременности на ранних сроках.

- **Молочные железы**

Исследование молочных желез выполняется на 8 день менструального цикла, оптимально с 7 по 10 день от начала менструального цикла.

- **Предстательная железа**

При УЗИ трансректальным методом (основной метод при обследовании предстательной железы) наполнение мочевого пузыря не требуется.

Накануне исследования необходимо сделать очистительную клизму. При УЗИ трансабдоминальным методом не мочиться до исследования в течение 2-3 часов и за 1 час до процедуры выпить 1 л негазированной жидкости.

- **Мочевой пузырь**

Исследование у мужчин и женщин проводится при полном мочевом пузыре. Необходимо не мочиться до исследования в течение 2-3 часов и за 1 час до процедуры выпить 1-1,5 л негазированной жидкости. При сильном позыве допустимо немного опорожнить пузырь для снятия напряжения и повторно выпить немного жидкости для достижения полного наполнения мочевого пузыря к моменту исследования.

- **Органы брюшной полости**

За 2-3 дня до исследования сделать очистительную клизму и исключить из рациона продукты, усиливающие газообразование в кишечнике (сырые овощи, цельное молоко, черный хлеб, бобовые, газированные напитки, высококалорийные кондитерские изделия). За день до исследования принимать «Активированный уголь» или «Эспумизан» по 2 таблетки 3 раза в день. УЗИ проводится натощак. Если исследование невозможно провести утром, допускается легкий завтрак за 6 часов до процедуры (несладкий чай или подсушенный белый хлеб). В день исследования исключить жевательную резинку. Не курить перед исследованием. Если Вы принимаете лекарственные средства, предупредите об этом врача УЗИ.

Не рекомендуется сдавать кровь на лабораторные исследования в тот же день после УЗИ.

Не рекомендуется проводить ультразвуковое исследование в тот же день после рентгенографии, гастро- и колоноскопии.

Правила подготовки к ПЦР-исследованиям

• Общие правила подготовки к ПЦР-исследованиям:

- За 10-14 дней до взятия биоматериала необходимо прекратить прием лекарственных препаратов и лечебные процедуры.
- Кровь сдавать натощак.
- Моча (первая порция) собирается утром после сна.
- Доставка в медицинский центр осуществляется в тот же день в течение 2-3 часов.
- Мазок: В течение 24 часов перед исследованием не следует проводить спринцевание, внутривагинальную терапию (свечи, тампоны), не использовать антисептические средства (в том числе мирамистин), исключить половой контакт.
- Мазок для женщин: не проводится взятие материала во время менструации.
- Мазок для мужчин: перед исследованием воздержаться от мочеиспускания в течение 1,5-2 часов.

• Взятие материала на гонорею

Следовать общим правилам подготовки. За 3-4 часа до исследования воздержаться от мочеиспускания. Накануне исследования запрещается проводить туалет половых органов.

У женщин материал берется перед менструацией или через 1-2 дня после ее окончания.

• Гемофилус инфлюэнца, Нейссерия менингитидис, Стрептококкус пневмонии

Взятие мазка из зева проводится натощак либо через 3 часа после еды. Также за 3 часа нельзя чистить зубы, полоскать рот водой, пить. Анализ проводится до начала антибиотикотерапии или не ранее чем через 14 дней после ее окончания.

• Шигелла и энтероинвазивные E. coli, Сальмонелла, Кампилобактерии

Кал следует сдавать до начала приема антибиотиков и химиотерапевтических препаратов. Если это невозможно, то не ранее чем через 12 часов после приема препарата.

Правила подготовки к исследованиям слюны и мокроты

• *Биохимический анализ слюны*

За 3 часа до сбора слюны запрещается чистить зубы, полоскать рот, употреблять пищу, жевать жвачку. Если пациент принимает лекарственные средства для лечения полости рта, он должен проинформировать лечащего врача.

В специальный контейнер собрать 2-3 мл слюны. Образец слюны доставить в медицинский центр в течение 3-4 часов с момента сбора.

• *Клинический анализ мокроты*

Мокроту для общеклинического исследования рекомендуется собирать с утра и натощак, во время приступа кашля, в специальный контейнер.

С целью механического удаления остатков пищи и слущенного эпителия перед откашливанием производится санация ротовой полости — почистить зубы, прополоскать рот и горло кипяченой водой.

При плохо отделяемой мокроте накануне принять отхаркивающие средства, теплое питье.

• *Посев мокроты*

Следовать правилам подготовки для сбора мокроты на посев. Мокроту собрать в стерильный контейнер и доставить медицинский центр в течение 1 часа.

Правила подготовки к кольпоскопии

- Кольпоскопия проводится в любой из дней, исключая дни менструации. Менструальные выделения не позволяют врачу-гинекологу провести осмотр слизистой влагалища и шейки матки.
- Перед проведением кольпоскопии необходимо за 24 часа полностью исключить половые контакты.
- Перед проведением кольпоскопии в течение 24 часов не применять спринцевание, лекарственные аппликации, не использовать тампоны.
- Кольпоскопия не проводится после взятия гинекологических мазков и проведения УЗИ внутривлагалищным датчиком.