



## Подготовка к исследованиям

Очень важным этапом для получения качественного результата анализа составляет преаналитический этап, т.е. подготовка пациента к исследованию. Настоящая памятка поможет пациенту получить достоверный результат, даст Вам возможность справиться с этой задачей.

Большинство анализов сдается натощак. Это означает, что после последнего приема пищи прошло не менее 8 часов (в идеале – 12 часов). Пить при этом можно, но только воду, а чай или кофе, соки, другие напитки необходимо исключить. За один час до сдачи анализа не рекомендуется курить. За сутки до сдачи анализов необходимо отказаться от алкоголя и исключить из рациона жирную пищу, следует избегать стрессов, физических нагрузок. Любой биоматериал на анализ сдают до начала приема лекарственных препаратов (например, антибактериальных и химиотерапевтических) или не ранее чем через 10-12 дней после их отмены. Кровь не следует сдавать после рентгенографии, ректального исследования и физиотерапевтических процедур.

1. Общий анализ крови (ОАК) – натощак или не раньше 4-х часов после последнего приема пищи, который может состоять, например, из несладкого чая, яблока, несладкой каши без масла и молока
2. Гемостазиологические анализы – строго натощак. Женщинам через 6-7 дней после менструации. Беременным необходимо указать срок беременности (у нас в базе имеется контрольная группа беременных для которых разработаны специальные нормативы). Также следует указать прием антикоагулянтов (гепарин, фраксипарин, тромбо ас, курантил, аспирин и т.п.) поскольку это необходимо для заключения анализа.
3. Параметры липидного профиля: холестерин, ЛПВП, ЛПНП, триглицериды – строго натощак, после 12-ти часового голодания.
4. Биохимические исследования, гормоны и онкомаркеры проводятся строго натощак.
5. Гормоны репродукции: ФСГ, ЛГ - на 3-5 день цикла или на 19-21 день цикла. Эстрадиол – 5-7 или 21-23 день цикла. Пролактин – на 7-9 день или 19-21 день цикла. Прогестерон- 21-23 день цикла. Анти-Мюллеров гормон в комплексе с ФСГ на 3-5 день. Если гормоны смотрятся в динамике, то рекомендовано сдавать в один и тот же день менструального цикла.
6. Исследования на PSA (ПСА) – через 7 дней, после любых механических воздействий на простату (массаж, биопсия и др.)

7. Кровь на наличие антител к инфекциям можно сдавать в любое время дня, но не раньше 3-х часов после последнего приема пищи, которая должна быть не обильной и не жирной.
8. Общий анализ мочи (ОАМ) – первая утренняя моча, накопившаяся за ночь. Перед забором мочи проводится тщательный гигиенический туалет половых органов. Накануне сдачи анализа не рекомендуется употреблять овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи (свекла, морковь и др.), не принимать диуретики. Женщинам необходимо сдавать анализ через 2-3- дня после менструации. Использовать контейнер из лаборатории или пластиковую емкость с крышкой для одноразового использования. Мочу необходимо доставить в лабораторию утром в день забора.
9. Сбор мочи по методу Нечипоренко – выявление скрытого воспалительного процесса. Моча для данного анализа собирается утром в количестве 20-50 мл. в середине мочеиспускания.
10. Суточная моча по Зимницкому. Необходимо приготовить 8 контейнеров. В 6 часов утра опорожнить мочевого пузыря в туалет. Затем каждые 3 часа собирать все разовые порции мочи в отдельные емкости, на каждой из них записать время сбора и так до утра следующего дня включительно.
11. Суточная моча для биохимического анализа и анализа на 17-КС. Первую утреннюю порцию мочи спустить в унитаз, все последующие порции и утреннюю порцию следующего дня собрать в одну емкость. Хранить в холодильнике (от +4 до +8 градусов) в течение всего сбора. По завершении содержимое емкости необходимо точно измерить и записать. Перемешать, отлить 100 мл. в баночку/контейнер и доставить в лабораторию.
12. Исследования на пробу Реберга (клиренс эндогенного креатина). Накануне исследования необходимо избегать физических нагрузок, исключить крепкий чай, кофе, алкоголь, соблюдать обычный водный режим, ограничить прием мясной пищи. Прием кортикотропина, кортизола, тироксина, метилпреднизалона, фуросемида и других лекарственных препаратов влияет на величину фильтрации. Техника сбора аналогична п. 9. По окончании сбора мочи необходимо в течение одного часа производить забор крови на определение концентрации креатина.
13. Моча на 2-х стаканную пробу. Необходимо собрать мочу в 2 сосуда. В первый сосуд 30-50 мл. мочи, а во второй всю остальную. Для 2-х стаканной пробы можно исследовать утреннюю мочу либо мочу, собранную через 2-3 часа после последнего мочеиспускания.
14. Мокрота - перед сбором необходимо почистить зубы и прополоскать рот и глотку водой. Собрать путем откашливания в одноразовую пластиковую емкость. Мокроту собрать в стерильный контейнер, взятый в лаборатории или аптеке.
15. Бак.посев (мазок на дифтерию, на коклюш, менингит, на флору, на стафилококк, на грибы), в том числе соскоб с языка на флору, сдаются строго натощак или через 2 часа после еды. Кроме того, утром пациент не должен: чистить зубы, курить, принимать лекарственные препараты, полоскать рот. Использовать сосудосуживающие препараты (капли в нос) в течение 6 часов до сбора биоматериала.

16. Слюна – в течение 12 часов перед проведением взятия материала пациент не должен применять местные формы обеззараживающих и лекарственных средств (мази, полоскания, аэрозоли), а также зубные пасты и гели. Желательно за 4-6 часов перед взятием материала прекратить прием пищи. После последнего приема пищи и/или жидкостей прополоскать ротовую полость теплой кипяченой водой. Удалить (если имеются) зубные протезы. Собрать слюну в одноразовую пластиковую емкость.
17. Спермограмма и секрет простаты – необходимо полное половое воздержание в течение 3-5 дней перед исследованием. В течение этого времени исключить острую пищу и спиртные напитки. Нельзя посещать баню или сауну, принимать лекарственные препараты и подвергаться воздействию УВЧ. Сбор проводится дома, доставку в лабораторию необходимо осуществить как можно быстрее, в тёплом виде.
18. Исследования кала. Сбор проводится утром, перед сбором провести гигиенические процедуры. Накануне не принимать слабительные препараты, активированный уголь, препараты железа, меди, висмута, не использовать ректальные свечи. Исследование не проводится у женщин в период менструации. Не допускать попадания в образец воды или мочи.
  - a. Кал на скрытую кровь – за 3 дня до сбора исключить из рациона мясо, печень и все продукты, содержащие железо (яблоки, шпинат, перец болгарский, белая фасоль, зеленый лук и др.)
  - b. Копрограмма – можно подготовить пробу заранее, но не более чем за 8 часов до сдачи кала в лабораторию. В данном случае пробу следует хранить в холодильнике (не замораживать).
  - c. Кал на яйца гельминтов – собрать с разных мест в чистую емкость и как можно быстрее доставить в лабораторию. Бак. анализы собрать в стерильную емкость, взятую в лаборатории или аптеке.
19. Соскоб с перианальных складок на яйца остриц у детей. Забор производится утром. Перед сбором не проводить туалет половых органов и перианальной области. Накануне сдачи анализа необходимо взять памятку и предметное стекло в пункте приема лаборатории.
20. Подготовка на урогенитальные инфекции методом ПЦР и на посев. По возможности забор биоматериала должен осуществляться до назначения антибиотиков (если невозможно, то не ранее, чем через 12 часов после отмены/приема препарата), противогрибковых препаратов и использования антисептиков. За 1 день воздержаться от полового контакта. За 2-3 часа исключить мочеиспускание. Мочу следует собрать в специальные контейнеры. Женщинам не проводить исследования во время менструации. В день обследования не проводить туалет половых органов. Накануне, перед взятием урогенитального мазка, нельзя использовать влагалищные свечи, производить спринцевание, иметь половой акт. При вялотекущих формах заболеваний, особенно гонореи и хламидиоза, перед исследованием желательно провести провокацию.

21. Мазок на степень чистоты: мазки брать не ранее, чем на 5-й день менструального цикла. За 24 часа воздержаться от полового контакта, использования тампонов, спринцевании, свечей, кремов. Перед забором допускается наружное обмывание половых органов.
22. Определение группы крови и резус фактора. Специальной подготовки не требуется. Допускается забор крови после приема пищи.
23. Хорионический гонадотропин (ХГЧ, В-ХГЧ) и АФП (альфа-фетопротеин). Специальной подготовки не требуется. При задержке менструаций, сообщить о дате последней менструации или предполагаемый срок беременности.
24. Демодекоз (с кожных покровов и глазных ресниц). В день сдачи анализа женщины не должны наносить макияж. За 24 часа до анализа не использовать косметические средства (крема, маски), а также мази.