

## **ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПОДГОТОВКИ К АНАЛИЗАМ КРОВИ**

### **Прием пищи**

Перед сдачей крови рекомендуется придерживаться нескольких правил:

- не употреблять жирную пищу накануне, не есть в течение 4 часов — высокая концентрация жиров в крови может помешать исследованию;
- незадолго до взятия крови выпить 1 стакан обычной негазированной воды, это снизит вязкость крови, и позволит взять достаточный для исследования объем биоматериала будет проще, кроме того, это снизит вероятность образования сгустков в пробирке.

### **Физические нагрузки и эмоциональное состояние:**

Для того чтобы исключить влияние физической нагрузки и психоэмоциональных факторов в день сдачи анализов рекомендуется:

- не заниматься спортом;
- исключить повышенные эмоциональные нагрузки;
- за несколько минут перед взятием крови принять удобное положение (сесть), расслабиться, успокоиться.

### **Алкоголь и курение:**

**Чтобы исключить влияние алкоголя и курения на результаты анализов следует:**

- воздержаться от употребления алкоголя в течение 72 часов до сдачи анализа;
- не курить как минимум за 30 минут до взятия крови.

### **Физиологическое состояние женщины:**

Для получения корректных результатов анализов рекомендуется:

- уточнить оптимальные дни менструального цикла (или срок беременности) для сдачи крови на фолликулостимулирующий гормон (ФСГ), лютеинизирующий гормон (ЛГ), прогестерон, эстрадиол, андростендион, 17-гидроксипрогестерон, пролактин, а также на специфические маркеры: ингибин В и антимюллеровский гормон;
- при оформлении направительного бланка необходимо указать фазу менструального цикла или срок беременности — это гарантирует получение достоверных результатов исследования, с корректно указанными диапазонами нормальных (референсных) значений.

## **ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПОДГОТОВКИ К АНАЛИЗАМ МОЧИ:**

Для получения достоверных результатов рекомендуется соблюдать следующие условия:

- не рекомендуется употреблять накануне исследования (за 10–12 часов): алкоголь, острую, соленую пищу, пищевые продукты, изменяющие цвет мочи (свекла, морковь и т.д.);
- по мере возможности исключить прием мочегонных препаратов;
- перед сдачей анализа произвести тщательный туалет наружных половых органов;
- женщинам исследование рекомендуется производить до менструации или через 2 дня после ее окончания;
- способ диагностики урогенитальных инфекций по моче методом ПЦР подходит исключительно для мужчин, у женщин данный способ диагностики намного уступает по своей информативности исследованию урогенитального мазка и не используется.

## **ГЛЮКОЗОТОЛЕРАНТНЫЙ ТЕСТ**

Рекомендации для проведения исследования:

- Исследование проводится строго натощак утром. (Беременным глюкозотолерантный тест рекомендуется проводить на сроке 24-28 недель)

Подготовка пациента:

- За 3 дня до исследования необходимо соблюдать обычный режим питания с содержанием углеводов не менее 125-150 г в сутки, исключить алкоголь, придерживаться привычных физических нагрузок; в период ночного голодания нельзя курить; перед исследованием максимально ограничить физические нагрузки, переохлаждение и перегревание.
- Накануне перед исследованием последний прием пищи не позднее 19.00.
- В день исследования с утра можно только воду в обычном объеме. **ЗАПРЕЩЕНО** пить чай, кофе, сок и др. напитки.
- Перед проведением теста необходимо по согласованию с лечащим врачом исключить прием следующих препаратов (адреналина, глюкокортикоидов, контрацептивов, кофеина, мочегонных тиазидного ряда, психотропных средств и антидепрессантов).

### **Противопоказания к исследованию:**

Нельзя сдавать кровь после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования, рентгенологического и ультразвукового исследований, массажа и других медицинских процедур. 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 желудочно-кишечного тракта с нарушением всасывания глюкозы.

### **СУТОЧНОЕ МОНИТОРИРОВАНИЕ ЭКГ**

Подготовка пациента не требуется.

При проведении исследования пациенты должны соблюдать следующие рекомендации:

- в течение всех суток необходимо пациенту необходимо заполнять дневник;
- описывать в столбце активность, что делал, с обязательным указанием времени: пробуждение, отдых, ходьба, транспорт, просмотр телевизора, чтение, принятие пищи, прогулка, бег, подъем по лестнице, сон, ночные пробуждения и др., с указанием времени в первом столбце;
- необходимо отмечать периоды отдыха в горизонтальном положении днем и периоды сна;
- обязательно отмечать в столбце симптомы: боли в сердце, головную боль и т.д.;
- отмечать прием всех лекарственных препаратов.

### **УЗИ ОРГАНОВ БРЮШНОЙ ПОЛОСТИ**

Подготовка пациента:

- Исследование проводится натощак - за 6 часов до процедуры нельзя есть и пить.
- За 3 дня до предстоящего исследования рекомендована легкая диета: исключаются продукты, усиливающие перистальтику кишечника и газообразование (мучные изделия, черный хлеб, сырые овощи и фрукты, бобовые, молоко, соки, газированные и алкогольные напитки).
- При повышенном газообразовании рекомендовать пациенту в течение трех дней принимать препараты-адсорбенты (активированный уголь, лигнин гидролизный, кремния диоксид коллоидный).

- За 3 дня до процедуры не проводить рентгеновские исследования с введением контрастного вещества.
- За сутки до исследования не проводить гастроскопию, колоноскопию, клизмы.
- 

### **УЗИ ОРГАНОВ МАЛОГО ТАЗА**

Подготовка пациента:

- При повышенном газообразовании, рекомендовать пациенту в течении трех дней принимать препараты-адсорбенты (активированный уголь, лигнин гидролизный, кремния диоксид коллоидный).
- За 3 дня до процедуры, не проводить рентгеновские исследования с введением.
- За сутки до исследования не проводить гастроскопию, колоноскопию, клизмы.

### **УРЕАЗНЫЙ ДЫХАТЕЛЬНЫЙ ТЕСТ ДЛЯ ДИАГНОСТИКИ H. PYLORI**

Подготовка пациента:

- За 4 недели до исследования необходимо прекратить приём антибиотиков и препаратов висмута.
- За 2 недели до исследования необходимо прекратить приём блокаторов секреции желудка - ингибиторов протонной помпы.
- Накануне исследования рекомендуется ограничиться лёгким ужином.
- Перед исследованием нельзя завтракать и курить.
- Тест не следует выполнять непосредственно после проведения эзофагогастродуоденоскопии (ЭГДС) с биопсией.
- Физическая нагрузка накануне и в процессе выполнения теста может привести к сдвигу соотношения  $^{13}\text{C}/^{12}\text{C}$  в выдыхаемом воздухе в сторону увеличения содержания изотопа  $^{12}\text{C}$ .

### **ЭХО-КГ**

Подготовка пациента:

- Не позднее чем за 1,5-2 часа до исследования и исключить кофе, чая, энергетические напитки.
- За 1,5-2 часа до исследования рекомендуется не курить и не выполнять физических упражнений.
- Все лекарственные препараты принимать без изменений.

---

## ЭКГ

### Подготовка пациента:

- Перед исследованием желательно выспаться, отказаться от утренних упражнений, принять душ и не наносить на тело лосьоны и кремы.
- Легкий завтрак, исключить кофе, чай и энергетические напитки за 1,5-2 часа до исследования
- Не позднее чем за 1,5-2 часа до исследования исключить курение и физические нагрузки.
- Все лекарственные препараты должен принимать без изменений.