***ПОДГОТОВКА К ЛАБОРАТОРНЫМ ИССЛЕДОВАНИЯМ***

|  |
| --- |
| **Достоверность и точность результата анализов во многом зависит от соблюдения пациентом определенных правил подготовки к сдаче крови.**  **Как правильно подготовиться к сдаче анализов?**  ***Уважаемые пациенты, ниже представлены рекомендации для подготовки к отдельным видам исследований. Соблюдение рекомендаций положительно влияет на точность и достоверность результата.***   ***Исследование крови***  **Кровь для выполнения лабораторных исследований** рекомендуется сдавать утром, в период с 8 до 11 часов, **натощак (после 8-12 часов голодания)**, питье – вода, в обычном режиме. Накануне избегать пищевых перегрузок, т.к. прием пищи, особенно насыщенной жирами, может вызвать изменения результатов лабораторных исследований. ***В крайнем случае, при экстренных случаях, кровь можно сдать через 6 часов после приема нежирной пищи.*** **Специальные требования:** **строго натощак**, после 12-14 часового голодания, следует сдавать **кровь для определения параметров липидного профиля** (холестерин, ЛПВП, ЛПНП, триглицериды), а также для определения глюкозы и глюкозотолерантного теста.   Если вы принимаете какие-то лекарственные препараты, обязательно предупредите лечащего врача. Кровь на анализ сдают до начала приема лекарственных средств (например, антибиотиков и химиотерапевтических препаратов) или не ранее чем через 10-14 дней после их отмены.  Необходимо исключить приём алкоголя накануне исследования.  Не курить минимально в течение 1 часа до исследования, исключить физические нагрузки и эмоциональные стрессы накануне исследования. Если Вы нервничали, это может повлиять на повышение сахара в крови.  Нежелательно сдавать кровь для лабораторного исследования вскоре после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования и других медицинских процедур.  **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).   ***Исследование мочи***  **Правила сбора мочи для общего анализа.**   * Для общего анализа мочи лучше сдавать первую утреннюю порцию, так как она наиболее информативна. * Перед сбором мочи проводится тщательный туалет наружных половых органов с мылом. * Моча собирается в чистую посуду, тщательно перемешивается, затем наливается 20-50 мл в контейнер для транспортировки и, как можно быстрее, в течение 1-2 часов, доставляется в лабораторию.   **Правила сбора мочи для исследования по методу Нечиперенко.**   * Перед сбором мочи обязательно нужно провести тщательный туалет наружных половых органов с мылом. * Для исследования собирается средняя порцию утренней мочи. Первая порция выпускается в унитаз, средняя — в емкость для сбора мочи, последняя — в унитаз. * Моча доставляется в лабораторию в течение 1 — 2 часов. Нельзя хранить пробу в тепле или холоде. Желательно написать фамилию на контейнере с мочой.   **Правила сбора мочи по Зимницкому.**   * Моча собирается в течение суток с 6 часов утра до 6 часов утра следующего дня в 8 стеклянных емкостей для сбора мочи. К каждой из них прикрепляются этикетки с указанием времени сбора мочи. * За сутки до сбора прекращается прием мочегонных средств (после предварительной консультации с лечащим врачом). * В 6 часов утра необходимо помочиться в унитаз, далее вся моча собирается в отдельные емкости за каждые 3 часа: с 6 до 9 часов; с 9 до 12 часов; с 12 до 15 часов; с 15 до 18 часов; с 18 до 21 часов; с 21 до 24 часов; с 24 до 3 часов; с 3 до 6 часов. * Если объем основной емкости не достаточен, то необходимо взять дополнительную посуду и на этой дополнительной емкости указывается соответствующий временной промежуток. * Если за 3 – х часовой промежуток мочи не было, то соответствующая емкость остается пустой, но доставляется в лабораторию. * Во время сбора соблюдается обычный водно-питьевой режим. Учитывается количество принятой жидкости: вода, чай, кофе, первые блюда, а также внутривенные вливания. Это количество необходимо сообщить постовой медсестре и записать его в бланк анализа. * Полученная моча хранится в темном прохладном месте. * Утром в день окончания собранная моча доставляется в лабораторию.   ***Исследование кала*** За 3-4 дня до исследования необходимо отменить приём слабительных препаратов, прекратить введение ректальных свечей. Для паразитологических исследований кала специальной подготовки не требуется. Собирают кал в специальные пластиковые контейнеры и немедленно доставляют в лабораторию.   Для диагностики **скрытых кровотечений желудочно-кишечного тракта** за 3 дня до анализа, пациенту запрещается употреблять мясо, рыбу и зеленые овощи. Материал доставляется в лабораторию в течение 3 часов с момента сбора анализа. Желательно в течение указанного времени материал хранить в холоде (температура +2...+8).  **Очень важно, чтобы Вы точно следовали указанным рекомендациям, т.к. только в этом случае результаты Ваших исследований будут правильны.** |

***Исследование мазка на ИППП***

**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.

***Исследование мокроты***

- анализ собирается в стерильный лабораторный контейнер;

- перед сбором мокроты необходимо почистить зубы, прополоскать рот и горло;

***ПОДГОТОВКА К УЗИ***

**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 рентген 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.

**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.

**Подготовка к УЗИ молочных желез**

* Исследование молочных желез желательно проводить в первые 7-10 дней менструального цикла (1 фаза цикла).

**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…);

|  |
| --- |
|  |

***ПОДГОТОВКА К ЭКГ***

|  |
| --- |
| Перед съемкой ЭКГ необходимо принять теплый душ, т.к. к чистой коже легче прикрепить электрод и получаемое на ленте изображение будет свободно от помех. Пациентам рекомендуют приносить с собой полотенце, для снятия специального геля после процедуры, а людям особо щепетильным имеет смысл захватить собственную простыню, на которой им придется полежать. Исключается употребление кофе, крепкого чая и других тонизирующих напитков в течение 4-6 часов перед исследованием. Исследование проводят не ранее, чем через 1 час после еды. В течение 2 часов перед исследованием запрещается курение. Исключается применение сосудосуживающих лекарств, включая капли от насморка и глазные капли. Съемка ЭКГ проводится в покое. В случае, если процедуре предшествовала значительная физическая или эмоциональная нагрузка, пациенту следует отдохнуть около 30 минут. |

***ПОДГОТОВКА К СУТОЧНОМУ МОНИТОРИРОВАНИЮ ЭКГ, АД***

***(ХОЛТЕР)***

**Холтеровское мониторирование** - это метод функциональной диагностики, с помощью которого осуществляется суточная запись ЭКГ и АД. Запись ЭКГ проводится непрерывно в течение 24 часов. Для этого используется носимый портативный регистратор (**холтер**), который производит круглосуточную запись электрокардиограммы и передачу информации о работе сердца и артериального давления за сутки в компьютер.

**Для чего проводится холтеровское мониторирование**

**Холтеровское мониторирование** используется для оценки работы сердца, выявления изменений и нарушений в функционировании сердечно-сосудистой системы. Благодаря этому методу осуществляется суточное мониторирование работы сердца, что позволяет глубоко анализировать патологии, точнее ставить диагноз и, соответственно, назначать более эффективное лечение. Доступным для анализа становится то, что беспокоит человека в обычной жизни (во время бодрствования и в период ночного сна), но никак не проявляется на коротком приеме у врача. Суточное холтеровское мониторирование выявляет практически все возможные нарушения в работе сердечно-сосудистой системы в течение суток, что невозможно при обследовании другими способами кардиологической диагностики.

**Как проводится холтеровское мониторирование ЭКГ и АД?**

Процедура холтеровского мониторирования проста и безопасна. В первый день устанавливается монитор. Это занимает около 10 минут и не требует специальной подготовки. На следующий день монитор снимается и проводится анализ данных. В нашем центре исследование проводится амбулаторно.

**Подготовка к холтеровскому мониторированию ЭКГ и АД**

1. Рекомендуется принять душ, т.к. после установки электродов в течение 24 часов нельзя будет принимать водные процедуры.  
2. Мужчинам удалить (при необходимости) волосяной покров с передней поверхности грудной клетки.

**Как вести себя во время холтеровского мониторирования**

Всем пациентам при холтеровском мониторировании мы рекомендуем вести дневник, в котором необходимо отмечать своё самочувствие, жалобы, вид деятельности, физические нагрузки, приём лекарственных препаратов, время бодрствования и сна. Прежде всего, описывается род занятий в течение всего мониторировании и физиологическое состояние: сон, физические упражнения, ходьба, бег, вождение автомобиля, эмоциональные стрессы. Точно по времени, отмечаются жалобы, в связи с которыми проводится мониторирование и прочие субъективные ощущения: слабость, головокружения, сдавливание в груди, удушье, сердцебиение, недомогание, боль в области сердца, либо боль в другой локализации.

***ПОДГОТОВКА К ЭЭГ***

Электроэнцефалограмма позволяет всего за несколько минут установить точный диагноз и причины нарушения функций головного мозга. Первоисточником проблем может служить приобретенная или наследственная эпилепсия, ранее перенесенные черепно-мозговые травмы, чрезмерные нагрузки, стрессы и не высыпания.

Пациент в таких случаях может ощущать частые головные боли и мигрени, повышенное или пониженное давление, сжатие висков, боль в глазах, приступы различной степени тяжести. Установить объективную причину и понять, связан ли дискомфорт с нарушениями работы головного мозга, можнос помощью ЭЭГ.

**Правила подготовки к электроэнцефалограмме**

Прежде чем [сделать ЭЭГ головного мозга](http://www.spina.spb.ru/diagnostika/jelektrojencefalogramma-eeg), необходимо правильно подготовиться к процедуре. Только при соблюдении ниже описанных правил можно рассчитывать на получение точных данных, а значит, и достоверного диагнозаПодготовка к ЭЭГ включает в себя:

* тщательное мытье головы накануне процедуры (чем чище будет голова и волосы пациента, тем лучше окажется контакт прибора с головным мозгом, и тем достовернее будут данные);
* регулярность приема лекарств, назначенных врачом (если отказаться от приема препаратов или сделать «перерыв», мозг может дать негативную реакцию, спровоцировать приступ);
* полноценный завтрак/обед (приходить на процедуру голодным нельзя, так как это опять же может вызвать странную реакцию мозга и исказить показатели);
* расслабление и спокойствие (во время ЭЭГ важно расслабиться, чувствовать себя уверенно и спокойно, ничего не бояться и стараться не волноваться).
* Во время процедуры будут раздаваться различные шумы, хлопки, стуки, звуки разной тональности. Этого не нужно пугаться, так как все они направлены на выявление отклика головного мозга и разбора реакций. Особенно важной и полезной считается считанная информация в процессе приступа или сразу же после кровоизлияния в мозг, черепно-мозговой травмы.

***ПОДГОТОВКА К РЕОВАЗОГРАФИИ***

Реовазография – метод диагностики нарушений кровообращения в конечностях. Метод позволяет оценить состояние кровотока в руках и ногах, выявить признаки его нарушения и оценить состояние кровеносных сосудов – артерий и вен.

### Подготовка

В процессе подготовки к реовазографии пациент за 24 часа до исследования должен прекратить прием лекарственных средств, влияющих на тонус сосудов (только после консультации с лечащим врачом). Не рекомендуется курить за 6-8 часов до исследования. Непосредственно перед процедурой за 10-20 минут пациент должен находиться в состоянии эмоционального и физического покоя.

### Как проводится реовазография

Пациент находится в положении лежа на кушетке. На ноги электроды накладываются на стопу, голень, бедро; на руки – на бицепс, предплечье, кисть или пальцы. После этого производится запись результатов на протяжении 10-15 минут.