

## **Правила подготовки к клинико-диагностическим исследованиям**

Для наиболее точного диагностирования заболеваний недостаточно самого современного лабораторного оборудования. Точность результатов зависит не только от используемых реактивов и аппаратуры, но и от времени и правильности сбора исследуемого материала. При несоблюдении основных правил подготовки к анализам их результаты могут быть значительно искажены.

### **АНАЛИЗ КРОВИ**

Для исследования крови более всего подходят утренние часы

Для большинства исследований кровь берется строго натощак. Кофе, чай и сок — это тоже еда. Можно пить воду.

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).

За 2 дня до обследования необходимо отказаться от алкоголя, жирной и жареной пищи.

За 1-2 часа до забора крови не курить.

Перед исследованием крови следует максимально снизить физические нагрузки. Исключить бег, подъем по лестнице. Избегать эмоционального возбуждения. Минут 10-15 нужно отдохнуть, расслабиться и успокоиться.

Нельзя сдавать кровь сразу после физиотерапевтических процедур, ультразвукового и рентгенологического исследования, массажа и рефлексотерапии.

Перед сдачей крови нужно исключить перепады температур, то есть баню и сауну.

Перед гормональным исследованием крови у женщин репродуктивного возраста следует придерживаться рекомендаций лечащего врача о дне менструального цикла, в который необходимо сдать кровь, так как на результат анализа влияют физиологические фазы менструального цикла.

Перед сдачей крови необходимо успокоиться, чтобы избежать немотивированного выброса в кровь гормонов и увеличение их показателя.

Для сдачи крови на вирусные гепатиты желательно за 2 дня до исследования исключить из рациона цитрусовые, оранжевые фрукты и овощи.

Для правильной оценки и сравнения результатов ваших лабораторных исследований рекомендуется проводить их в одной и той же лаборатории, так как в разных лабораториях могут применяться разные методы исследования и единицы измерения показателей.

### **АНАЛИЗ МОЧИ**

#### Общеклинический анализ мочи:

-собирается только утренняя моча, взятая в середине мочеиспускания; -утренняя порция мочи: сбор производится сразу после подъема с постели, до приема утреннего кофе или чая; — предыдущее мочеиспускание было не позже, чем в 2 часа ночи; — перед сбором анализа мочи проводится тщательный туалет наружных половых органов; — в специальный контейнер с крышкой собирают 10 мл мочи, снабжают направлением, собранную мочу сразу направляют в лабораторию; — хранение мочи в холодильнике допускается при t 2-4 С, но не более 1,5 часов; - женщинам нельзя сдавать мочу во время менструации.

#### Сбор суточной мочи:

- пациент собирает мочу в течение 24 часов при обычном питьевом режиме (около 1,5 л в сутки); — утром в 6-8 часов он освобождает мочевой пузырь и выливает эту порцию, затем в течение суток собирает всю мочу в чистый широкогорлый сосуд из темного стекла с крышкой емкостью не менее 2 л; — последняя порция берется в то же время, когда накануне был начат сбор, отмечается время начала и конца сбора; — емкость хранится в прохладном месте (лучше в холодильнике на нижней полке), замерзание не допускается; — по окончании сбора мочи измеряется её объем, мочу тщательно взбалтывают и отливают 50-100 мл в специальный контейнер, в котором она будет доставлена в лабораторию; — обязательно указывают объем суточной мочи.

#### Сбор мочи для исследования по Нечипоренко

(выявление скрытого воспалительного процесса)

- утром натощак собирают 10 мл утренней мочи, взятой в середине мочеиспускания в специальный лабораторный контейнер.

#### Сбор мочи для исследования по Зимницкому

(пациент учитывает количество выпитой жидкости за сутки)

- после опорожнения мочевого пузыря в 6 часов утра через каждые 3 часа в течение суток собирают мочу в отдельные емкости, на которых указывает время сбора или номер порции, всего 8 порций. 1 порция — с 6.00 до 9.00, 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 специальных контейнерах доставляется в лабораторию; — обязательно указать объем суточной мочи.

#### Сбор мочи для микробиологического исследования (посев мочи)

-утренняя моча собирается в стерильный лабораторный контейнер с крышкой; — первые 15 мл мочи для анализа не используются, берутся последующие 5- 10 мл; — собранная моча доставляется в лабораторию в течение 1,5 — 2 часов после сбора; — допускается хранение мочи в холодильнике, но не более 3-4 часов; — сбор мочи проводится до начала медикаментозного

лечения; — если нужно оценить эффект проведенной терапии, то посев мочи производится по окончании курса лечения.

## **АНАЛИЗ КАЛА**

- за 2-3 дня до исследования избегать приема лекарственных препаратов, меняющих характер кала и вызывающих функциональные нарушения желудочно-кишечного тракта; — нельзя исследовать кал после клизмы, применения ректальных свечей, приема слабительных или красящих веществ, а также пилокарпина, препаратов железа, висмута, бария и др.; — кал не должен содержать посторонних примесей, таких как моча, дезинфицирующие вещества и др.; — подготовить чистую емкость для кала; — содержимое утреннего кала из 3-х точек собирается в контейнер и доставляется в лабораторию в течение 2-х часов.

Анализ кала на выявление глистных инвазий

- в течении двух дней больной не должен употреблять в пищу жесткую, плохо перевариваемую пищу («пищевой мусор») — семечки, орехи, сырые овощи и фрукты со шкуркой, а также сорбенты — активированный уголь и прочее, а также грибы!

## **АНАЛИЗЫ В ГИНЕКОЛОГИИ, УРОЛОГИИ**

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.

## **АНАЛИЗ МОКРОТЫ**

- анализ собирается в стерильный лабораторный контейнер; — перед сбором мокроты необходимо почистить зубы, прополоскать рот и горло.

## УЛЬТРАЗВУКОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

Пациенту с собой необходимо иметь:

- полотенце или пеленку.

### 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 высококолерийные 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 R-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.

Для трансвагинального УЗИ (ТВС) специальная подготовка не требуется. В случае, если у пациента проблемы с ЖКТ — необходимо провести очистительную клизму накануне вечером.

### 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.

Перед трансректальном исследовании простаты (ТРУЗИ) необходимо сделать очистительную клизму.

### Подготовка к УЗИ молочных желез

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

Подготовка к УЗИ поясничного отдела позвоночника

Исследование проводится строго натощак после 4-х часового голодания.

За два дня обеспечить бесшлаковую диету.

Очистительная клизма накануне вечером и утром, непосредственно в день исследования.

УЗИ щитовидной железы, лимфатических узлов и почек — не требуют специальной подготовки пациента.

## **ЭНДОСКОПИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Фиброгастродуоденоскопия

Явка как минимум за 5 минут до назначенного времени;

Утром в день исследования до ФГДС ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

— завтракать и принимать любую пищу, даже если исследование проходит во второй половине дня

Утром в день исследования до ФГДС НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ:

-курить

-принимать лекарства в таблетках (капсулах) внутрь

Утром в день исследования до проведения ФГДС РАЗРЕШАЕТСЯ:

-чистить зубы

-делать УЗИ брюшной полости и других органов

-за 2-4 часа пить воду, некрепкий чай с сахаром (без хлеба, варенья, конфет...)

-принимать лекарства, которые можно рассасывать в полости рта, не заглатывая или взять с собой

-делать уколы, если не требуется после укола прием пищи и нет возможности сделать его после ФГДС

Перед исследованием нужно снять съемные зубные протезы, очки, галстук.

Накануне вечером: легкоусвояемый (без салатов!) ужин до 18.00 час.

Никакой специальной диеты перед ФГС (ФГДС) не требуется, но:

— шоколад (шоколадные конфеты), семечки, орехи, острые блюда и алкоголь исключить за 2 дня;

— при исследовании с 11 часов и позже — желательно утром и за 2-3 часа до процедуры выпить мелкими глотками один стакан негазированной воды или некрепкого чая (без варения, конфет, печенья, хлеба и др.);

Важно, что бы:

- одежда была просторной, ворот и ремень расстегнуты;
- духами, одеколоном Вы не пользовались;
- Вы своевременно предупредили врача о наличии у Вас лекарственной, пищевой и иной аллергии.

Больному с собой необходимо иметь:

- постоянно принимаемые лекарства (принять после осмотра, а под язык или спрей при ИБС, бронхиальной астме.. — до осмотра!);
- направление на ФГДС исследование,
- полотенце хорошо впитывающее жидкость или пеленку.

При невозможности явиться в назначенное время просьба заранее позвонить врачу.

#### Колоноскопия

Рекомендации по специальной подготовке к колоноскопии необходимо получить у врача.

За два дня до исследования:

- рекомендуемая диета: вареное мясо белой рыбы, курицы, яйца, сыр, белый хлеб, масло, печенье, картофель
- рекомендуется пить достаточное количество жидкости — до 2,5 литров в день (в том случае, если у Вас нет заболеваний, при которых обильное питье противопоказано — проконсультируйтесь об этом у врача)
- не рекомендуется употреблять в пищу: фрукты и ягоды с косточками, красное мясо, овощи, злаковые, салат, грибы, орехи, зерновой хлеб, сладости

За день до проведения исследования:

- утром — легкий завтрак из рекомендуемых выше продуктов. После завтрака до окончания исследования нельзя принимать твердую пищу, разрешается только пить
- после завтрака до 17-00 рекомендуется пить достаточное для очищения кишечника количество жидкости – до 2 литров (можно пить воду, нежирные бульоны, морсы, соки без мякоти, чай с сахаром или мёдом, компоты без ягод). Не рекомендуется принимать молоко, кисель, кефир.

Для исследования Вам необходимо иметь при себе:

- направление на колоноскопию,

Как вести себя после исследования?

— сразу же по окончании процедуры можно пить и есть. Если сохраняется чувство переполнения живота газами и кишка не опорожняется от остатков воздуха естественным путем, можно принять 8—10 таблеток мелко истолченного активированного угля, размешав его в 1/2 стакана теплой кипяченой воды. В течение нескольких часов после исследования лучше лежать на животе.

## **РЕНТГЕНОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Подготовка к обзорной урографии

За три дня до исследования исключить из рациона: черный хлеб, молоко, горох, фасоль, капусту, свежие овощи, фрукты и сладкие блюда;

Накануне исследования не позднее 18-00- легкий ужин, затем постановка 2-х очистительных клизм в 19-00 и 21-00;

В день исследования — еще одна очистительная клизма за 2 часа до исследования;

Исследование проводится натощак (не есть, не пить).

При себе иметь: направление.

Подготовка к рентгенографии поясничного отдела позвоночника

За три дня до исследования исключить из рациона: черный хлеб, молоко, горох, фасоль, капусту, свежие овощи, фрукты и сладкие блюда;

Накануне исследования не позднее 18-00- легкий ужин, затем постановка 2-х очистительных клизм в 19-00 и 21-00;

В день исследования — еще одна очистительная клизма за 2 часа до исследования;

Исследование проводится натощак (не есть, не пить).