

## Памятки подготовки к анализам

Подготовка к анализам и исследованиям – важный момент, о котором многие забывают. В то же время, многие исследования практически невозможны без соблюдения всех необходимых условий. Без необходимой подготовки картина, полученная в результате анализов или исследований, будет неточной или вовсе ошибочной, что отрицательным образом сказывается на постановке правильного диагноза.

Помните, что правильная подготовка гарантирует вам максимальную объективность исследования и позволяет исключить необходимость повторного исследования и сдачи анализов по причине некорректных результатов.

<b>Анализ крови</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Исследование проводится утром натощак.</li><li>• Чистую воду можно пить в обычном режиме.</li><li>• В случае необходимости, можно сдать кровь в течение дня, но не ранее, чем через 4 часа после небольшого приема пищи.</li><li>• Не рекомендуется сдавать кровь после физической нагрузки, применения медикаментов, особенно при внутримышечном или внутривенном введении.</li><li>• Не следует сдавать кровь после воздействия рентгеновских лучей, физиотерапевтических процедур.</li><li>• Необходимо исключить физическое и эмоциональное перенапряжение, курение за 30 минут до исследования.</li><li>• В случае приема медикаментов по жизненным показаниям, рекомендуется в день проведения исследования принимать их после процедуры сдачи крови, а также информировать лечащего врача о том, какие препараты принимались.</li><li>• Исследование уровня гормонов крови может быть рекомендовано для женщин в определенный день цикла.</li></ul>
<b>Анализ мочи общий Анализ мочи по Нечипоренко</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Накануне сдачи анализа не рекомендуется употреблять в пищу овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи (свекла, морковь и пр.)</li><li>• Нельзя принимать диуретики (мочегонные), следует избегать значительных физических нагрузок.</li><li>• Перед сбором мочи необходимо провести тщательный гигиенический туалет половых органов.</li><li>• Женщинам не рекомендуется сдавать анализ во время менструаций.</li><li>• Для правильного проведения исследования при первом мочеиспускании небольшое количество мочи (первые 1-2 секунды мочеиспускания) выпустить в унитаз, затем, не прерывая мочеиспускания, подставить контейнер для сбора мочи, в который собрать приблизительно 50 мл мочи.</li><li>• Пробу необходимо доставить в лабораторию утром того же дня. Длительное хранение мочи ведет к изменению ее физических свойств, размножению бактерий и разрушению элементов осадка.</li></ul>
<b>Анализ мочи по Зимницкому</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Сбор мочи проводится в течение суток. Специальных ограничений в питании и физической активности не требуется, но желательно, чтобы количество выпитой жидкости в эти сутки не превышало 1,5 л.</li><li>• Получите в медицинском центре 9 стерильных одноразовых пластиковых контейнеров (с завинчивающимися крышками): 8 контейнеров емкостью 60 мл и 1 контейнер емкостью 2,7 л.</li><li>• В 6 часов утра опорожнить мочевой пузырь, эту порцию мочи вылить в унитаз и не использовать в исследовании.</li><li>• Далее, в течение 24 часов, собирается 8 порций мочи точно через каждые 3 часа (до 6 часов следующего утра).</li><li>• Сбор мочи производится в градуированный контейнер емкостью 2,7 л, по шкале определяется объем собранной порции, затем моча переливается в контейнер емкостью 60 мл, на котором указывается номер порции и полученный объем.<ul style="list-style-type: none"><li>1 порция – с 6.00 до 9.00 часов</li><li>2 порция – с 9.00 до 12.00 часов</li><li>3 порция – с 12.00 до 15.00 часов</li><li>4 порция – с 15.00 до 18.00 часов</li><li>5 порция – с 18.00 до 21.00 часов</li><li>6 порция – с 21.00 до 24.00 часов</li><li>7 порция – с 24.00 до 03.00 часов</li><li>8 порция – с 03.00 до 06.00 часов</li></ul></li><li>• Все емкости плотно завинчиваются крышками, хранятся в холодильнике при температуре +2...+8°C, после сбора последней порции доставляются в медицинский центр.</li></ul>

<p><b>Анализ суточной мочи</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Для получения достоверных результатов необходимо воздержаться от физических нагрузок, приема алкоголя, лечь спать накануне в обычное время.</li> <li>• Перед началом сбора суточной мочи получите в медицинском центре градуированный контейнер для сбора мочи емкостью 2,7л и стерильный пластиковый контейнер объемом 60 мл для транспортировки мочи.</li> <li>• В ходе первого утреннего мочеиспускания (обычно 6-9 часов утра) опорожнить мочевого пузырь, эту порцию мочи вылить в унитаз и не использовать в исследовании.</li> <li>• Всю мочу, выделенную после первого мочеиспускания в течение суток собирать в контейнер 2,7л, который должен храниться в холодильнике (не замораживать).</li> <li>• Утром следующего дня мочевого пузырь опорожнить и эту порцию добавить в контейнер для сбора суточной мочи. Затем мочу в большом контейнере перемешать, измерить полученный объем и записать его. Около 30 мл собранной мочи отобрать в стерильный контейнер 60 мл и доставить его в медицинский центр.</li> <li>• В случае необходимости использования консерванта для вашего исследования, он также выдается в медицинском центре и добавляется в большой контейнер перед началом сбора мочи.</li> </ul>
<p><b>Анализ мочи на стерильность</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Для исследования используется средняя порция утренней мочи, которая собирается до начала антибактериальной терапии или не ранее двух-трех недель после ее окончания.</li> <li>• Перед сбором мочи проводится тщательный туалет наружных половых органов.</li> <li>• Не допускается собирать мочу с постельного белья или из мочеприемника.</li> <li>• Материал для исследования доставляется в медицинский центр в кратчайшие сроки (не позднее 1,5-2 часов после сбора).</li> <li>• Допускается хранение мочи в холодильнике не более 3-4 часов. В случае доставки мочи в медицинский центр позже указанных сроков результаты посева мочи могут быть недостоверны.</li> </ul>
<p><b>Кал на общий анализ, на яйца гельминтов, скрытую кровь</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Кал собирается в стерильный пластиковый контейнер в объеме неполной мерной ложки контейнера из различных мест разовой порции свежесобранного кала.</li> <li>• Перед взятием материала проводится тщательный туалет наружных половых органов и области заднего прохода.</li> <li>• Следует избегать примеси мочи и выделений из половых органов.</li> <li>• Перед сдачей анализа рекомендуется отмена лекарственных препаратов, влияющих на процессы переваривания и всасывания.</li> <li>• После рентгенологического исследования желудка и кишечника проведение анализа кала показано не ранее, чем через 2 суток.</li> <li>• Стул должен быть самостоятельным, без применения клизм и слабительных средств.</li> <li>• Предварительная подготовка состоит в употреблении пищи, сбалансированной по содержанию белков, жиров и углеводов в течение 3-4 дефекаций. Желательно исключить из рациона орехи, грибы, копченую колбасу.</li> <li>• Кал должен быть доставлен в медицинский центр максимально быстро – не позднее 3-6 часов после сбора.</li> <li>• Для исследования кала на яйца гельминтов и простейшие не должно быть задержки стула более 24 часов. Однократное исследование может быть неинформативно, рекомендовано трехкратное исследование с интервалом в несколько дней.</li> <li>• Для исследования на скрытую кровь за три дня до сдачи кала из рациона исключаются мясо, печень, колбасы, рыба, а также овощи и фрукты, богатые железом (яблоки, болгарский перец, шпинат, и т.д.).</li> </ul>
<p><b>Дисбактериоз</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Материал (кал) на кишечный дисбактериоз собирается в стерильный контейнер, полученный в медицинском центре, до начала лечения антибактериальными и химиотерапевтическими препаратами, а также препаратами, содержащими флору, или не ранее 2-3-х недель после его окончания.</li> <li>• За 3-4 дня до исследования следует отменить прием слабительных препаратов, прекратить введение ректальных свечей.</li> <li>• Не пригоден кал, полученный после клизмы.</li> <li>• Предварительно следует помочиться в унитаз, чтобы избежать попадания мочи в собранный материал.</li> <li>• Для исследования собирается свежевыделенный кал в сухую чистую посуду, далее из средней части фекальной массы берется небольшое количество специальной ложечкой, вмонтированной в крышку универсального пластикового контейнера.</li> <li>• В кратчайшие сроки после сбора кал доставляется в медицинский центр.</li> </ul>
<p><b>Кал на углеводы</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Для исследования кала на углеводы материал собирается обязательно с жидкой фракцией (если есть).</li> <li>• Кал, собранный с подгузников и других впитывающих материалов, для исследования не пригоден.</li> <li>• Оптимально производить сбор биоматериала с медицинской клеенки.</li> <li>• Собранный кал в кратчайшие сроки доставляется в медицинский центр.</li> <li>• Для выявления истинной лактазной недостаточности необходимо за 2 суток до исследования отменить прием фермента лактазы (если пациент его получает).</li> <li>• Диета должна содержать достаточное количество лактозы</li> </ul>

<p><b>Урогенитальный мазок из уретры у мужчин</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• В течение 2 недель до исследования исключить местное применение антисептиков и/или антибактериальных и противогрибковых препаратов.</li> <li>• В течение 3 часов до исследования удержаться от мочеиспусканий, не проводить туалет наружных половых органов непосредственно перед забором материала.</li> <li>• Рекомендовано проводить анализ урогенитального мазка у мужчины не ранее, чем через 2 недели после приема антибактериальных препаратов.</li> </ul>
<p><b>Мазок из урогенитального тракта у женщин</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Исследование следует проводить перед менструацией или через 1–2 дня после ее окончания.</li> <li>• Перед исследованием следует исключить половые контакты в течение 1 суток.</li> <li>• Накануне обследования не следует проводить спринцевание, туалет наружных половых органов с применением средств интимной гигиены.</li> </ul>
<p><b>Исследование волос, ногтей</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Волосы для исследования срезаются у корня ножницами с нескольких участков головы (затылочная часть, височные, теменная, лобная).</li> <li>• После окрашивания волос должно пройти не менее 2-х недель.</li> <li>• В случае малого количества или отсутствия волос на голове, образец можно взять с альтернативных областей: паховая, подмышечная, область груди, ног. Для анализа необходим небольшой пучок волос толщиной с 2 спички.</li> <li>• Ногти собирают с каждой руки или, при необходимости, с каждой ноги. Ногти обрезаются ножницами по возможности ближе к коже.</li> <li>• Материал собирается в стерильный контейнер.</li> </ul>