

Памятка для пациента

по подготовке к лабораторным и инструментальным методам исследования

Лабораторные исследования являются чувствительными и надежными показателями состояния организма человека. Важные клинические решения в отношении пациента часто опираются на изменения лабораторных показателей.

Для того чтобы результаты лабораторных исследований были правильными, следует соблюдать определенные правила, в т. ч. и правила подготовки к исследованию. **Для получения достоверных и правильных результатов Вам необходимо придерживаться принятых правил подготовки к лабораторным исследованиям, которые перечислены в данной памятке.**

Помните, для того чтобы правильно оценить Ваше здоровье, целесообразно проводить исследование в одной лаборатории в одинаковых условиях.

Примите к сведению, что разные лаборатории могут использовать разные методы исследования. Это значит, что могут быть использованы разные единицы измерения, разные границы нормальных (референтных) значений

Биохимическое исследование крови

1. **Забор крови производится натощак**, т.е. промежуток между последним приёмом пищи и взятием крови должен составлять 8-12 часов. Сок, чай, кофе, тем более с сахаром, пить нельзя! Нельзя жевать жевательную резинку. Можно пить воду. Утром необходимо воздержаться от курения.
2. Необходимо за 1-2 дня до исследования исключить из рациона жирную, жареную пищу, а также алкоголь.
3. Кровь не следует сдавать после рентгенографии, массажа, ректального исследования или физиотерапевтических процедур.
4. Следует избегать факторов, влияющих на результат анализа: физической нагрузки, эмоционального возбуждения. Перед процедурой следует отдохнуть 10-15 мин., успокоиться.
5. На результаты исследований также влияет прием лекарственных препаратов (антибиотиков, иммунодепрессивных, химиотерапевтических, гормональных препаратов, антикоагулянтов и других). Если вы принимаете препараты, следует обязательно предупредить об этом врача или медицинского регистратора в кабинете платных услуг.

Материал для исследования: венозная кровь, не менее 2 мл.

Исследование свертывания крови (коагулограмма, агрегатограмма)

Вы должны подготовить себя к исследованию следующим образом:

- Воздержаться от физических нагрузок, приема алкоголя и лекарств, изменений в питании в течение 24 часов до взятия крови;
- Вам не следует принимать пищу после ужина, лечь спать нужно накануне в обычное для Вас время и встать не позднее, чем за час до взятия образца;
- Утром после подъема воздержитесь от курения;
- Не рекомендуется проводить тест в период обострения хронических заболеваний или вирусных инфекций.
- **Забор крови производится натощак**, т. е. промежуток между последним приёмом пищи и взятием крови должен составлять 8 -12 часов.
- Следует избегать факторов, влияющих на результат анализа: физической нагрузки, эмоционального возбуждения. Перед процедурой следует отдохнуть 10 -15 мин., успокоиться.
- На результаты исследований также влияет прием лекарственных препаратов (антиагрегантов, антикоагулянтов и других). **Если вы принимаете данные препараты, следует обязательно предупредить об этом врача или медицинского регистратора в кабинете платных услуг.**

При исследовании на анти-Ха-активность необходимо указать наименование принимаемого низкомолекулярного гепарина и его дозу.

Материал для исследования: венозная кровь, не менее 4 мл, в случае назначения одновременно коагулограммы и агрегатограммы – 10 м

Общий анализ крови

Вы должны подготовить себя к исследованию следующим образом:

1. Воздержаться от физических нагрузок, приема лекарств, изменений в питании в течение 24 часов до взятия крови.
2. Последний прием пищи должен быть не позже, чем за 1 час до сдачи крови. Завтрак может состоять из несладкого чая, несладкой каши без масла и молока, яблока. Желательно за 1 - 2 дня до обследования исключить из рациона жирное, жареное и алкоголь.
3. Лечь спать нужно накануне в обычное для Вас время и встать не позднее, чем за час до взятия образца.
4. Утром после подъема воздержитесь от курения.
5. Следует избегать эмоционального возбуждения. Перед процедурой нужно отдохнуть 10 -15 мин., успокоиться.

Материал для исследования: венозная кровь, не менее 1 мл, либо капиллярная кровь (из пальца) не менее 0,25 мл.

Общий анализ мочи

1. Сбор биологического материала осуществляют в контейнер для сбора мочи (предварительно берется в КДЛ).

2. Для анализа собирают порцию утренней мочи, после предварительной гигиены (без антибактериальных средств). Для общего анализа мочи необходима **средняя порция утренней мочи** – вторая порция мочи, собранная в середине мочеиспускания после того, как первая небольшая порция была спущена в унитаз (первые 1-2 секунды).

3. Материал должен быть доставлен в лабораторию как можно быстрее, т.к. исследование должно проводиться в течение 1,5 часов после выделения мочи.

4. Для детей недопустимо брать мочу на анализ из горшка, подгузника. При затруднении сбора рекомендуется пользоваться специальными одноразовыми мочесборниками.

5. Исключить прием витамина С за несколько дней до сдачи анализа.

Объем мочи для исследования: не менее 50 мл.

Исследование мочи по методу Нечипоренко

1. Сбор биологического материала осуществляют в контейнер для сбора мочи (предварительно берется в КДЛ).

2. Для анализа собирают порцию утренней мочи, после предварительной гигиены (без антибактериальных средств). Необходима **средняя порция утренней мочи** – вторая порция мочи, собранная в середине мочеиспускания после того, как первая небольшая порция была спущена в унитаз (первые 1-2 секунды).

3. Материал должен быть доставлен в лабораторию как можно быстрее, т.к. исследование должно проводиться в течение 1,5 часов после выделения мочи.

4. Для детей недопустимо брать мочу на анализ из горшка, подгузника. При затруднении сбора рекомендуется пользоваться специальными одноразовыми мочесборниками.

Объем мочи для исследования: не менее 10 мл.

Проба по Зимницкому

1. Сбор биологического материала осуществляют в сухую, чистую тару (тару необходимо предварительно вымыть, обдать кипятком и высушить).

2. Проба проводится при обычном питьевом режиме и питании, однако количество выпитой жидкости фиксируется и вносится в направление.

3. В 6 утра обследуемый опорожняет мочевой пузырь*. После этого каждые три часа мочу собирают в новую подписанную емкость. Т.е. за сутки собирают 8 порций мочи согласно временным промежуткам: 6-9 часов, 9-12 часов, 12-15 часов, 15-18 часов, 18-21 часов, 21-24 часа, 24-3 часа, 3-6 часов*.

4. Все порции доставляют в лабораторию.

** Примечание: Первое мочеиспускание после сна, если оно было в промежутке 6-8 часов, также относят к ночному диурезу.*

Правила сбора кала для копрологических исследований

1. Биологический материал собирают в контейнер для сбора кала (предварительно берется в КДЛ).
2. Собирать кал для исследования следует утром. Можно подготовить пробу заранее, но не более чем за 8 часов перед сдачей кала в лабораторию. В этом случае хранить пробу следует в холодильнике (не замораживать!).
3. Перед сбором провести тщательный туалет наружных половых органов и области заднего прохода, предварительно помочиться.
4. Дефекацию производить в сухую и чистую емкость.
5. Перенести пробу кала размером 2-5 см³ в контейнер для сбора кала, взятый в лаборатории.
6. Доставить пробу в лабораторию.
7. Желательно применять диету Шмидта или Певзнера в течение 2-3 дней, кал собирают на 3-5 сутки такой диеты.
8. Нельзя накануне принимать слабительные, активированный уголь, препараты железа, висмута и меди.
9. Нельзя накануне использовать ректальные свечи, проводить исследования кала раньше чем через 2 дня после клизмы, рентгенологического исследования желудка и кишечника, колоноскопии.

Кал на скрытую кровь

Специальных ограничений диеты не требуется.

1. Биологический материал собирают в контейнер для сбора кала (предварительно берется в КДЛ).
2. В случае применения препаратов, повышающих риск кровотечений (например, нестероидные противовоспалительные препараты) следует обсудить порядок проведения исследования с лечащим врачом.
3. Исследование не следует проводить в течение 2 недель после проведения инструментальных исследований желудочно-кишечного тракта или медицинских процедур, которые могут вызвать механические повреждения слизистой (например, колоноскопия, ректороманоскопия, очищение кишечника с помощью клизм и пр.).
4. Дефекацию производить в сухую и чистую емкость. Стул должен быть собран без клизм и слабительных средств. Не рекомендуется собирать кал из унитаза.
5. Материал (из трех разных участков каловых масс) размером 2-5 см³ собирается в контейнер для кала и доставляется в лабораторию в течение 2 часов.

Исследование соскоба на энтеробиоз

Соскоб с перианальных складок вокруг ануса берется утром до дефекации.

Накануне вечером и утром нельзя ставить ректальные свечи, клизмы, проводить туалет заднепроходного отверстия.

Исследование кала на яйца глист

Специальных ограничений диеты не требуется.

1. Биологический материал собирают в контейнер для сбора кала (предварительно берется в КДЛ).
2. Перед сбором провести туалет наружных половых органов и области заднего прохода, предварительно помочиться.
3. Дефекацию производить в сухую и чистую емкость.
4. Перенести материал из нескольких **разных** участков каловых масс в контейнер для сбора кала, взятый в лаборатории.
5. **Доставить пробу как можно скорее в лабораторию.**

Примечание: Для достоверности результатов исследование необходимо повторить несколько раз с интервалом в 2-3 дня.

Исследование кала на простейшие

Специальных ограничений диеты не требуется.

- Биологический материал собирают в контейнер для сбора кала (предварительно берется в КДЛ).
- Перед сбором провести туалет наружных половых органов и области заднего прохода, предварительно помочиться.
- Дефекацию производить в сухую и чистую емкость.
- Перенести материал из нескольких **разных** участков каловых масс в контейнер для сбора кала, взятый в лаборатории.
- **Доставить пробу как можно скорее в лабораторию.**

Ультразвуковая диагностика

УЗИ органов брюшной полости

- Подготовка к исследованию начинается с коррекции диеты. За 3 дня до исследования необходимо исключить из рациона ряд продуктов, способствующих газообразованию: хлеб из темной муки, молоко в любом виде (каши и супы на молоке, чай и кофе с молоком), некоторые виды овощей и фруктов (такие, как фасоль, горох, капуста, виноград, яблоки, сливы), сладкие и мучные блюда (торты, пирожки), а также любые газированные напитки.
- Чтобы максимально очистить кишечник от газов, в день, предшествующий исследованию, следует принимать Эспумизан (по 2 капсулы 3 раза за сутки – утром, днем и вечером. Утром в день обследования также надо принять 2 капсулы Эспумизана, не запивая их водой. Другой вариант подготовки: в течение трех дней перед исследованием принимать активированный уголь (по 2 таблетки 2 раза в день).
- Исследование проводится строго натощак. Последний прием пищи должен быть не менее, чем за 8 часов до обследования. В том случае, если УЗИ делается во второй половине дня, утром допустим легкий завтрак, однако

предпочтительнее делать его в первой половине дня. Грудных детей следует кормить не позднее чем за 2 часа до исследования.

- Исследование не проводится после гастроскопии и колоноскопии.
- Если исследование проводится грудным детям, последнее кормление должно быть не позднее, чем за 2 часа до исследования.

Подробнее об исследовании>>>

Строго натошак выполняются исследования отдельных органов брюшной полости: УЗИ желудка, желчного пузыря, эластометрия печени.

УЗИ органов малого таза (для женщин)

Подготовка нужна только при трансабдоминальном методе исследования (при трансвагинальном УЗИ подготовки не требуется).

- За час до исследования необходимо выпить не меньше 1 литра негазированной жидкости, чтобы наполнить мочевой пузырь. Возможно, вам будет удобно прийти заранее и выпить воду уже в поликлинике.
- Не опорожняйте мочевой пузырь до прохождения исследования.

УЗИ мочевыделительной системы и мочевого пузыря

- Исследование проводится на полный мочевой пузырь. Поэтому за час до исследования надо выпить около 1 литра негазированной жидкости. До прохождения исследования опорожнять мочевой пузырь нельзя

УЗИ почек и надпочечников не требует наполнения мочевого пузыря, однако наличие газов в кишечнике может затруднять диагностику, поэтому при плановом характере исследования желательна подготовка, как при УЗИ органов брюшной полости.

УЗИ простаты (у мужчин)

- Если процедура проводится трансабдоминально, необходимо наполнить мочевой пузырь, для чего следует выпить около 1 литра воды за час до исследования.
- Если процедура проводится трансректально, необходимо предварительно очистить прямую кишку, сделав клизму.

УЗИ молочных желёз

- Исследование рекомендуется проводить на 5-9 день менструального цикла.

Маммография

- Исследование рекомендуется проводить с 5 по 12 день менструального цикла.

Рентгенография

Рентгенологические исследования, проводимые в области, где располагается кишечник требуют подготовки. Это:

- рентгенография органов брюшной полости;
- рентгенография пояснично-крестцового или поясничного отделов позвоночника;
- рентгенография почек;
- экскреторная урография.

Данные исследования будут максимально информативными при выполнении следующих рекомендаций:

- за 3 дня до исследования перейти на бесшлаковую диету;
- исследование проводится натощак;
- накануне последняя трапеза должна быть не позднее 18 часов;
- вечером перед сном и утром – очистительная клизма;
- утром допустим сладкий чай.

Непосредственно перед проведением экскреторной урографии желательно опорожнить мочевой пузырь.

Компьютерная томография (МСКТ)

При проведении любых исследований с контрастом во избежание тошноты необходимо исключить приём пищи в течение 2-х часов непосредственно перед исследованием.

Некоторые исследования проводятся при наполненном мочевом пузыре. Это:

- МСКТ почек и надпочечников
- МСКТ органов брюшной полости

В этом случае необходимо выпить около 1 литра негазированной жидкости за час до исследования.

МСКТ-энтерография

- Исследование проводится строго натощак. Последний приём пищи должен быть не позднее, чем за 6 часов до исследования.
- Необходимо прибыть за час до назначенного времени, так как потребуется принять специальные препараты (выдаются на месте).

МСКТ толстого кишечника

- За три дня до исследования необходимо перейти на бесшлаковую диету.
- В день исследования можно пить бульон, чай
- Использовать для очистки кишечника препараты Пикопреп и Мовипреп согласно инструкции, прикладываемой к препарату.

Подготовка также желательна при таких исследованиях, как:

- МСКТ печени;
- МСКТ пояснично-крестцового отдела позвоночника.

Она состоит из бесшлаковой диеты в течение нескольких дней и соблюдения правила последней трапезы не позднее, чем 6 часов до проведения исследования.

Дополнительная информация для тех, кому назначено КТ-исследование с контрастом>>>

Магнитно-резонансная томография (МРТ)

Ряд исследований требует мер по уменьшению перистальтики кишечника.
Это:

- МРТ малого таза
- МРТ мочевыделительной системы (в т.ч. почек и надпочечников или мочевого пузыря)
- МРТ брюшной полости и забрюшинного пространства
- МР-панкреатохолангиография
- МР-энтерография

Рекомендована следующая схема подготовки:

- За два дня до исследования перейти на бесшлаковую диету

После каждого приёма пищи принять 1 таблетку эспумизана (40 мг), но не более 5 таблеток в день (200 мг)

- Исследование проводится натощак (последняя трапеза должна быть не позднее 6 часов до процедуры)

- За два часа до исследования принять (при отсутствии противопоказаний) 5 таблеток эспумизана (200 мг), а через час 1 таблетку буксопана.

- Не пить воду в последний час перед исследованием.
 - Опорожнить мочевой пузырь (кроме исследований, с мочевым пузырём)

- Для исследования мочевого пузыря. Наоборот, важно иметь наполненный мочевой пузырь. Поэтому за 2 часа до исследования рекомендуется выпить 1-1,5 литра воды.

МРТ молочных желёз

- Исследование рекомендуется проходить с 7 по 12 день менструального цикла.

Эндоскопические исследования

Бронхоскопия

- Исследование проводится строго натощак. Нельзя есть и пить. Последняя трапеза должна быть не позднее, чем за 6 часов до исследования.

Гастроскопия

- Гастроскопия проводится строго натощак. Лучше всего проходить исследование утром. В этом случае последняя трапеза накануне вечером должна быть неплотной и не позднее 20.00. Вечером можно пить прозрачные жидкости (лучше всего – воду), нельзя пить жидкости красного цвета. Утром перед гастроскопией нельзя ни есть, ни пить.
- Если гастроскопия запланирована на вторую половину дня, желательно ограничить утреннюю трапезу сладким чаем. Последний прием жидкости должен быть не позднее, чем за 6 часов до исследования.
- Если вы должны утром обязательно принимать какие-то лекарства, постарайтесь записаться на самое раннее время, чтобы принять лекарства уже после исследования. Другой вариант: примите лекарства, запив их незначительным количеством воды; но в этом случае между приёмом лекарств и гастроскопией должно пройти не менее 3-х часов.
- Пациентам с сахарным диабетом нужно ориентироваться на индивидуальный уровень сахара в день исследования. При острой необходимости можно съесть кусочек сахара или выпить несколько глотков сладкой воды.

Ректороманоскопия

В день накануне исследования необходимо перейти на бесшлаковую диету. Желательно обойтись без ужина. В день исследования обязателен лёгкий завтрак (голодным приходить не следует).

Необходимо провести очищение кишечника, для чего может использоваться препарат Микролакс. Упаковка содержит 4 тюбика-микроклизмы. Процедуру следует начать за 3 часа до исследования. Микроклизмы делаются поочередно с интервалом 15 минут. После введения всех тюбиков следует 1-2 раза потужиться.

Колоноскопия

- За три дня (а при хронических запорах за 5 дней) до исследования перейти на бесшлаковую диету.
- Питание в эти дни должно быть сбалансированным и дробным. Оптимальная схема: 5 приёмов пищи в день. Есть надо небольшими порциями.
- Накануне исследования в обязательном порядке необходимо подготовить кишечник с помощью препаратов Фортранс, Лавакол, Эндофальк или Эзиклен в соответствии с прилагаемыми к препаратам инструкциями.

Бесшлаковая диета

Исключаются из рациона: алкоголь, газированные напитки (даже газированная вода), квас, кофе, компоты, кисели;

- хлеб, макароны;
- овощи, грибы, фрукты, ягоды, зелень в любом виде;
- крупы, каши, бобовые, злаковые, отруби, зёрна, орехи, семечки, кунжут, мак и другие семена;
- жёсткое мясо с хрящами, консервы, сосиски, колбасы, морепродукты;
- чипсы, гамбургеры, шоколад;
- продукты, которые могут изменить цвет кала.

Разрешается пить:

- воду, некрепкий чай, нейтрально окрашенные соки

Разрешается есть:

- нежирные кисломолочные продукты, сыр, сметану, сливочное масло, йогурты без добавок и наполнителей;
- яйца;
- мясо, птицу и рыбу нежирных сортов (в отварном, паровом или тушёном виде);

хорошо проваренный белый рис (но не плов);

- сахар, мёд;
- бульоны (прозрачные, процеженные);
- манную кашу.

ЭКГ исследования

Для подготовки к ЭКГ необходимо избегать физических и эмоциональных нагрузок за несколько часов до процедуры, не курить минимум за 30 минут и воздержаться от кофеинсодержащих и алкогольных напитков за 1,5–2 часа. Важно выбрать удобную одежду, которую легко снять, и сообщить врачу обо всех принимаемых лекарствах.

За несколько часов до исследования

Избегайте нагрузок: не занимайтесь спортом и другой тяжелой физической активностью как минимум за 3 часа до процедуры.

Откажитесь от стимуляторов: не курите минимум за 30 минут до ЭКГ, так как никотин вызывает спазм сосудов. Также за 1,5–2 часа исключите крепкий чай, кофе и энергетические напитки.

Не переедайте: Придерживайтесь обычной диеты, но избегайте плотных приемов пищи перед процедурой.

Уточните прием лекарств: Принимайте все назначенные врачом препараты как обычно. Обязательно сообщите доктору о принимаемых вами лекарствах.

Не пользуйтесь кремами: не наносите на кожу грудной клетки жирные кремы или лосьоны, так как они мешают контакту электродов с кожей.

В день исследования

Оденьтесь правильно: Наденьте удобную одежду, которую легко снять или поднять, чтобы можно было освободить грудную клетку и, при необходимости, запястья и лодыжки.

Сбрейте волосы: если у вас густой волосяной покров на груди, его лучше сбрить для лучшего контакта электродов с телом.

Прибудьте заранее: приходите в клинику за 15–20 минут до исследования, чтобы успеть успокоиться и восстановить нормальное дыхание и сердечный ритм после дороги.

Снимите украшения: перед процедурой снимите все металлические украшения.

Что еще важно знать

ЭКГ не требует полного голодания, но не переедайте перед процедурой.

Если вы чувствуете себя плохо из-за температуры или других симптомов, сообщите об этом врачу.