

## **ПРАВИЛА ПОДГОТОВКИ**

### **К ДИАГНОСТИЧЕСКИМ И ЛАБОРАТОРНЫМ ИССЛЕДОВАНИЯМ**

Достоверность результатов исследований во многом зависит от подготовки пациента. Чтобы получить максимально точные данные о состоянии Вашего здоровья, просим соблюдать правила подготовки к исследованиям и сбору биологического материала.

#### **Общие требования по взятию биологического материала для лабораторных исследований:**

##### **Кровь:**

Кровь для выполнения лабораторных исследований рекомендуется сдавать утром, натощак.

Требование "натощак" является обязательным для следующих исследований:

глюкоза (сахар крови), биохимические, иммунологические исследования

Желательно за 1-2 дня придерживаться стандартной диеты.

Накануне исследования исключить физические и эмоциональные перегрузки.

Исследование крови проводят до проведения рентгенологических методов исследования, УЗИ, физиотерапевтических процедур, до начала приема лекарственных препаратов.

Прием воды на показатели крови влияния не оказывают, поэтому воду пить можно.

##### **Подготовка к глюкозотолерантному тесту (сахарная кривая)**

Вы должны подготовить себя к этому тесту изменением диеты и приема лекарств, по меньшей мере, за 3 дня до проведения теста.

Количество углеводов в пище должно быть не менее 125 г в день в течение 3 дней перед проведением теста.

Нельзя ничего есть в течение 12 ч, предшествующих началу теста, но, ни в коем случае, голодание не должно быть более 16 ч.

Не позволять себе физической нагрузки в течение 12 ч перед началом теста.

Взятие крови осуществляется после 15-минутного отдыха, курение и прием алкоголя исключаются.

Очень важно, чтобы Вы точно следовали указанным рекомендациям, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты исследования крови.

## **Моча:**

Сбор осуществляется в домашних условиях. Пробу помещают в чистую сухую пластмассовую посуду с крышкой, объемом не более 250 мл.

Перед сбором мочи для клинического анализа и бактериологического исследования необходим тщательный туалет наружных половых органов. На исследование собирается утренняя порция мочи.

Перед сбором мочи для анализа по Нечипоренко необходим тщательный туалет наружных половых органов. На исследование собирается средняя порция утренней мочи. Сбор суточной мочи производят в течение 24 часов в чистую сухую емкость. Первую утреннюю порцию исключают, сбор мочи начинают со второго мочеиспускания. По окончании сбора необходимо точно измерить объем собранной мочи, записать данную информацию, обязательно перемешать мочу и сразу же отлить около 10 мл на исследование в одноразовый пластиковый контейнер.

Во время сбора моча должна храниться в прохладном месте, доставлена в день окончания сбора.

## **Кал:**

Сбор осуществляется в домашних условиях. Кал после дефекации отбирают из разных участков в количестве не менее 50г. Пробу помещают в чистую сухую пластиковую посуду с крышкой, объемом не более 250 мл. Кал на исследование собирается после естественной дефекации, без резких изменений в режиме питания, накануне исследования до инструментальных методов исследования и лечения препаратами. В чистое подкладное судно (можно использовать чистый полиэтиленовый пакет, чистый лист бумаги), откуда заборной ложкой переносится в контейнер.

Перед сбором кала на дисбактериоз необходимо за 3 дня исключить употребление в пищу продуктов питания и препаратов, содержащих бифидо- и лактобактерии (обогащенные молочные продукты, йогурты и т.п.)

Исследование кала на скрытую кровь проводят не ранее, чем через 2 недели после инструментальных методов обследования, для повышения качества диагностики материал необходимо отобрать из трех мест всего объема испражнений.

Для исследования физико-химических свойств кала (копрограмма) не подлежит исследованию клинический материал после клизмы и использования препаратов, влияющих на перистальтику, после приема касторового или вазелинового масла, после введения свечей, препаратов, влияющих на окраску кала (железо, висмут, сернокислый барий).

## **Буккальный соскоб**

Накануне сдачи генетического материала желательно исключить употребление мясных и рыбных блюд.

За 2 часа до сдачи буккального эпителия нельзя есть, пить, курить, жевать жевательную резинку, целоваться, ополаскивать рот.

Взятие генетического материала у младенца проводится не раньше, чем через 30 минут после кормления.

## **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.

## **Подготовка к исследованию спермограммы**

### **Подготовка к проведению исследования:**

Эякулят должен быть получен после полового воздержания в течение не менее 2 суток и не более 7 дней. Несоблюдение временного интервала в половом воздержании, частые половые акты могут способствовать резкому снижению количества сперматозоидов в эякуляте и их качественных параметров (подвижность, жизнеспособность). При воздержании более 6-7 дней часть сперматозоидов (наиболее «старых») сбрасывается в семенные пузырьки и погибает. Точно оценить в этом случае функцию яичек невозможно.

Не употреблять алкоголь в любых количествах в течение 6-7 дней перед исследованием. Постараться исключить в течение 2,5 месяцев перед исследованием токсические факторы. Хронические интоксикации (алкогольная, табачная, наркотическая, производственная, лекарственная и др.) закономерно приведут к снижению качественных, а иногда и количественных показателей эякулята. Употребление алкоголя, наркотических препаратов и других токсических веществ в течение 5-10 дней перед сдачей анализа способствует накоплению токсических веществ в организме и может снизить качество сперматозоидов.

При воспалительных заболеваниях уретры и/или простатовезикулярного комплекса рекомендуется исследовать эякулят спустя 2 недели после проведения лечения основного заболевания (при ликвидации медикаментозной интоксикации). Интоксикации на фоне острых и хронических заболеваний могут привести к снижению качественных и количественных показателей эякулята.

Алиментарные факторы – гипотрофия, авитаминоз – могут привести к недостаточной выработке полноценных сперматозоидов.

Необходимо отказаться от исследования эякулята, если в течение 7-10 дней перед анализом были простудные или другие острые заболевания, протекавшие с лихорадкой. Гипертермия (бытовая, производственная и при лихорадящих состояниях) нарушает процесс сперматогенеза, протекающий нормально при температуре на 2-3°C ниже температуры тела. При гипертермии могут снижаться как качественные, так и количественные показатели спермограммы. Перед исследованием эякулята необходимо отказаться от процедур с перегреванием (УВЧ, сауны, бани).

После массажа простаты исследование эякулята следует отложить.

Накануне сдачи эякулята необходимо исключить тяжелые физические нагрузки, конфликтные ситуации. Ночью перед сдачей анализа рекомендуется обеспечить себе полноценный отдых. Физическая усталость (работа в ночную смену, тяжелые физические нагрузки, бессонная ночь накануне сдачи анализа эякулята) может привести как к нарушениям процесса получения эякулята, так и к снижению качественных параметров сперматозоидов.

### **Получения эякулята**

Сбор эякулята пациент проводит самостоятельно методом мастурбации. Получение эякулята в условиях медицинского учреждения является предпочтительным.

Не рекомендуется для получения эякулята использовать прерванный половой акт, презерватив. Крема, вазелин, используемые при мастурбации, могут оказать повреждающее действие на сперматозоиды.

Материал должен быть собран полностью. Сообщить врачу если часть эякулята не попала в баночку, произошло неполное семяизвержение.

Сразу же после получения эякулята доставить поученный материал в лабораторию в тепле (при температуре тела). Во время транспортировки в лабораторию следует оберегать материал от резких перепадов температуры (ниже 20°C и выше 40°C), чтобы избежать отрицательного их воздействия на подвижность сперматозоидов. Эякулят следует доставить в лабораторию в течении 1 часа после его получения. На контейнере указать Ф.И.О., дату и время получения эякулята.

### **Общие требования по подготовке к ультразвуковым исследованиям:**

#### **УЗИ органов брюшной полости (печень, поджелудочная железа, селезенка, желчный пузырь):**

1. Рекомендуется за два дня до проведения УЗИ исключить из рациона продукты, способствующие газообразованию в кишечнике (сырые овощи, богатые растительной клетчаткой - капуста, горох, фасоль; молоко и молочные продукты; продукты с высоким содержанием углеводов – пирожные, выпечные изделия, торты и другие).

2. При повышенном газообразовании необходимо принять сорбенты (эспумизан, смекта, активированный уголь). Сорбенты принимаются за 12 часов до проведения исследования. Необходимое количество сорбента назначает врач.

3. Желательно проводить УЗИ в первой половине дня, на голодный желудок, накануне исследования: легкий ужин не позднее 20:00ч. Если исследование проводится во второй половине дня, разрешается утром легкий завтрак, за 6 часов до процедуры.

**ВАЖНО! Если Вы принимаете лекарственные средства, предупредите об этом врача УЗИ. Нельзя проводить исследование после фибро-гастро- и колоноскопии, а также рентгенологических исследований органов ЖКТ.**

### **УЗИ почек**

1. За три дня до проведения исследования из пищевого рациона необходимо исключить черный хлеб, свежее молоко, картофель, капусту, сырые овощи и фрукты, сладости.

2. В течение трех дней нужно принимать активированный уголь, Эспумизан или другие энтеросорбенты, снижающие проявления метеоризма и скопление газов в кишечнике. Накануне исследования ужин должен быть легким, не позже 19 часов.

3. В день проведения исследования прием пищи и питье не ограничивается.

Нередко исследование почек проводят одновременно с другими УЗИ. Например, часто выполняется исследование мочевого пузыря и почек. Нередко проводят УЗИ брюшной полости и почек. В этом случае подготовка такая же, но исследование проводится натощак, утром в день обследования нельзя ничего есть.

### **УЗИ щитовидной железы**

При выполнении УЗИ наденьте удобную свободную одежду. Возможно, Вам придется снять одежду и украшения в той области, которая должна быть осмотрена. Дополнительной подготовки не требуется.

### **УЗИ молочных желез**

При ультразвуковом исследовании молочных желез не требуется подготовка. УЗИ желательно проводить в первой фазе менструального цикла (первые 7-12 дней).

### **УЗИ мочевого пузыря и(или) предстательной железы**

1. Исследование мочевого пузыря и/или предстательной железы проводится при наполненном мочевом пузыре! За 1-1,5 часа до УЗИ выпить 1,0 литр жидкости и не мочиться.

2. При исследовании остаточной мочи в течение 4-5ч выпить около 1,0 литра жидкости и не мочиться (жидкость любая, не газированная!). Мочевой пузырь не опорожнять.

### **УЗИ органов малого таза через переднюю брюшную стенку (для женщин)**

1. При наличии сопутствующих хронических заболеваний кишечника, характеризующихся вздутием живота, нужно постараться избавиться от газов. С этой целью рекомендуют за три дня до проведения исследования также нужно отказаться от газообразующих продуктов, таких как овощи, фрукты в сыром виде, черный хлеб и т.д

2. За 1,5 часа до ультразвукового исследования выпить постепенно 1-1,5 литра любой жидкости (чай, вода, морс) и полным мочевым пузырем прибыть к назначенному времени исследования. При невозможности терпеть и сильном позыве, допустимо немного опорожнить пузырь для снятия напряжения и повторно выпить немного жидкости для достижения полного наполнения мочевого пузыря к моменту исследования.

## **УЗИ органов малого таза трансвагинально - ТВУЗИ**

1. Перед УЗИ опорожнить мочевой пузырь.
- 2 Исследование проводится не натощак, есть и пить в день приема можно.

## **Исследование матки и яичников**

При трансабдоминальном исследовании необходим хорошо наполненный мочевой пузырь.

## **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 трансректальным исследованием простаты (ТРУЗИ) необходимо сделать очистительную клизму.

## **Подготовка к функциональным исследованиям**

### **Электрокардиография (ЭКГ); эхокардиография (ЭХОКГ), УЗИ сердца;**

Специальной подготовки не требуется, но рекомендуется проводить эти исследования до физиотерапевтических процедур, занятий спортом.

### **Суточное мониторирование ЭКГ, АД**

Данные методы диагностического обследования специальной подготовки не требуют.