

## **Подготовка к сдаче крови для анализа**

1. Строго натощак (не менее 10-12 часов после последнего приема пищи) сдают следующие анализы:  
общеклинический анализ крови; определение группы крови и резус-фактора; биохимические анализы (глюкоза, холестерин, триглицериды, АлАТ, АсАТ и др.); исследование системы гемостаза (АЧТВ, протромбин, фибриноген и др.); анализ крови на гормоны; анализ крови на инфекции (анализ на сифилис, гепатит и пр.) онкомаркеры;
2. Прием воды на показатели крови влияния не оказывает, поэтому воду пить можно. Сок, чай, кофе – тоже еда!
3. Показатели крови могут существенно меняться в течение дня, поэтому рекомендуем все анализы сдавать в утренние часы (8.00-10.00). Именно для утренних показателей рассчитаны все лабораторные нормы.
4. За один день до сдачи крови желательно избегать значительных физических нагрузок, приема алкоголя и существенных изменений в питании и режиме дня.
5. За два часа до сдачи крови на исследование необходимо воздержаться от курения.
6. Все анализы крови делают до проведения рентгенографии, УЗИ и физиотерапевтических процедур.
7. После прихода в госпиталь рекомендуется отдохнуть (лучше - посидеть) 10-20 минут перед взятием проб крови.
8. В разных лабораториях могут применяться разные методы исследования и единицы измерения. Чтобы оценка Ваших результатов была корректной, проводите исследования в одной и той же лаборатории, в одно время суток.
9. При проведении внутривенного вливания растворов, внутримышечных инъекций, кровь берут через 1,5 – 2 часа после них.
10. По возможности необходимо отменить лекарственные препараты (при сдаче крови на аллергены, по возможности, отменить прием антигистаминных препаратов (препаратов от аллергии). Это должно быть согласовано с лечащим врачом.

## **Правила подготовки к сдаче общего анализа мочи**

(мочи на уроцитогамму, мочу на b2-микроглобулин)

1. Для общего анализа предпочтительно использовать первую утреннюю порцию мочи.
2. Моча должна быть собрана после тщательного туалета наружных половых органов (промежность вытирают насухо в направлении от половых органов к заднему проходу). Несоблюдение этого правила может привести к выявлению повышенного количества лейкоцитов и эритроцитов в моче, что затруднит постановку правильного диагноза. Женщинам не рекомендуется сдавать анализ мочи во время менструации.
3. Всю мочу собирают в чистую, сухую посуду (стеклянную или в пластиковый одноразовый контейнер) в объеме не менее 50 мл. Если объем мочи слишком велик, можно из общего количества сразу отлить 100-200 мл и принести в лабораторию. Исследование меньшего количества может привести к получению менее достоверных результатов. Посуда с мочой плотно закрывается крышкой.
4. Мочу надо доставить в лабораторию в течение 2-х часов после мочеиспускания.
5. Перед сдачей мочи на анализ, нежелательно применение некоторых лекарственных веществ (особенно мочегонных). Также не рекомендуется употреблять овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи (свекла, морковь и др.)

## **Правила подготовки к сдаче анализов мочи по Нечипоренко**

1. Подготовка как и для общего анализа мочи.
2. Для анализа собирают исключительно вторую (среднюю!) порцию мочи. Сущность сбора средней порции мочи состоит в том, что первую часть мочи при мочеиспускании пациент выпускает в унитаз, среднюю порцию собирает в чистую, сухую посуду, а оставшуюся мочу выпускает в унитаз.

### **Правила подготовки к сдаче анализов суточной мочи**

1. Мочу собирают в течение 24 часов при обычном питьевом режиме (около 1,5 л в сутки).
2. Утром в 6 – 8 часов освободить мочевой пузырь и вылить эту порцию, затем в течение суток собирать всю мочу в чистую емкость с крышкой объемом не менее 3 л, последняя порция берется в то же время, когда накануне был начат сбор. Емкость хранится в прохладном месте- в холодильнике (+2 - +8) в течение всего времени сбора. Посуда с мочой плотно закрывается крышкой.
3. По окончании сбора мочи измеряется её объем с точностью до 5 мл.
4. Мочу тщательно перемешивают и сразу же отливают 50 – 100 мл в чистый, сухой контейнер в котором она будет доставлена в лабораторию.
5. Обязательно указывают измеренный объем суточной мочи (см п.2).

### **Правила подготовки к сдаче анализов мочи по Зимницкому**

1. Предварительно напишите на этикетке на емкостях для мочи Ваши данные: Ф.И.О., дату рождения, дату и время сбора мочи

- 1 порция – с 6 до 9,
- 2 порция – с 9 до 12,
- 3 порция – с 12 до 15,
- 4 порция – с 15 до 18,
- 5 порция – с 18 до 21,
- 6 порция – с 21 до 24,
- 7 порция – с 24 до 3,
- 8 порция – с 3 до 6 часов

2. После опорожнения мочевого пузыря в 6 часов утра через каждые 3 часа в течение суток собирают всю мочу в емкости в соответствии с этикеткой. Если желание опорожнить мочевой пузырь возникает раньше 3 часов, выделенную порцию мочи собирают в соответствующую времени емкость. Если объем выделенной за 3 часа мочи больше объема емкости, выберите соответствующую по объему емкость, мочу выливать в унитаз нельзя.
3. Каждая емкость закрывается крышкой и ставится в прохладное темное место.
4. Все собранное количество мочи в 8 емкостях доставляется в лабораторию.

### **Правила подготовки к сдаче анализов мокроты**

1. Сбор мокроты для исследования осуществляется в домашних условиях.
2. Для сбора и транспортировки необходимо использовать только одноразовый контейнер.
3. Сбору подлежит утренняя мокрота, полученная при кашле,
4. Перед сбором необходима тщательная гигиена ротовой полости и полоскание кипяченой водой. Недопустимо попадание в мокроту слюны и носоглоточной слизи!
5. При плохо отделяемой мокроте допустим прием отхаркивающих средств накануне исследования.

## **Правила подготовки к сдаче анализов кала**

1. Материал собирается в чистую стеклянную или пластиковую посуду (контейнер). Недопустимо направлять кал на исследование в спичечных или картонных коробках, так как при этом меняются форма и консистенция кала и искажаются результаты Ваших анализов.
2. Для исследования собирают свежевыделенный кал в объеме, равном 1/2 чайной ложки из различных мест разовой порции в количестве не более 1/4 – 1/3 от объема контейнера.
3. Следует избегать примеси мочи и выделений из половых органов.
4. Если фекалии содержат слизь, кровяные, белые прожилки, отбор материала на исследование предпочтительно провести из данного участка.
5. Рекомендована отмена лекарственных препаратов (все слабительные, каолин, сульфат бария, препараты висмута, железа, ректальные свечи на жировой основе, ферменты и другие препараты, влияющие на процессы переваривания и всасывания).
6. Исследование проводить перед выполнением ректороманоскопии и других диагностических манипуляций в области кишечника и желудка.
7. Для исследования кала на скрытую кровь исключить из рациона мясо, рыбу, зеленые овощи, томаты в течение 72 часов до исследования. Исследование кала на скрытую кровь не информативно у пациентов с кровотечениями (геморрой, длительные запоры, заболевания десен с признаками кровоточивости, менструации).
8. Материал должен быть доставлен в лабораторию не позднее, чем 8-12 часов после дефекации. Хранить до исследования можно в холодильнике при 3-5 С°.

## **Правила подготовки к снятию электрокардиограммы**

Регистрация ЭКГ проводится после 10–15 минутного отдыха, до или через 1,5–2 часа после приема пищи.

Не рекомендуются нервные, физические перенапряжения, физиопроцедуры, курение.

Правила подготовки и поведения во время проведения холтеровского мониторирования ЭКГ

1. Рекомендуется принять душ, так как после установки электродов в течение 24 часов нельзя будет принимать водные процедуры;
2. Мужчинам удалить (при необходимости) волосяной покров с передней поверхности грудной клетки.
3. Не рекомендуется находиться вблизи мощных линий электропередач, трансформаторных будок.
4. Во время обследования рекомендуется надевать хлопчатобумажное нижнее белье и стараться не носить одежду из электризующихся синтетических и шелковых тканей.
5. Не подвергать прибор ударам, воздействию вибраций, высоких и низких температур. Не эксплуатировать рядом с агрессивными средствами (кислотами).
6. При регистрации холтеровского мониторирования нужно придерживаться обычного образа жизни - работать, отдыхать в привычном режиме.
7. Недопустимо проходить любые физиотерапевтические процедуры (за исключением ингаляций).
8. Нельзя во время мониторирования проходить ультразвуковые и рентгенологические исследования.
9. Надо стараться как можно меньше касаться проводов и электродов (во время мониторирования нельзя брать на руки детей, животных, убираться в квартире, работать на приусадебном участке, играть в бильярд и боулинг).
10. Учитывая вышесказанное и необходимость посмотреть состояние сердца при нагрузке,

необходимо выполнить физическую нагрузку, в виде преимущественной нагрузки на ноги - ходьба на большие расстояния, подъем по лестнице.

11. В течение всего времени мониторинга необходимо вести дневник пациента, в котором отражаются основные временные промежутки, связанные с отдыхом и нагрузкой (не надо писать каждые 5 мин, только основные периоды покой-нагрузка) – важность ведения дневника нельзя переоценить: при выявленных изменениях лечащему врачу необходимо знать 2 основные вещи – что пациент делал в этот момент и как субъективно это проявлялось (что чувствовал пациент).

12. В дневнике обязательно надо указывать периоды сна (ночного и дневного).

13. Прием лекарственных средств во время холтеровского мониторинга прекращать необязательно, однако, в определенных клинических ситуациях лечащий врач может попросить отменить назначенные лекарственные средства (время без лекарственной терапии должен составлять как минимум 2 дня).

### **Правила поведения во время СМАД (суточного мониторирования АД)**

1. Не рекомендуется находиться вблизи мощных линий электропередач, трансформаторных будок.
2. Нельзя принимать общие водные процедуры (ванна, душ).
3. Во время обследования рекомендуется надевать хлопчатобумажное нижнее белье и стараться не носить одежду из электризующихся синтетических и шелковых тканей.
4. Не подвергать прибор ударам, воздействию вибраций, высоких и низких температур. Не эксплуатировать рядом с агрессивными средствами (кислотами).
5. Во время измерения АД рука с пневмоманжетой должна быть вытянута вдоль туловища и расслаблена.
6. Исключаются интенсивные физические нагрузки и упражнения в день проведения мониторинга АД.
7. Если измерение АД начинается во время ходьбы, нужно остановиться, опустить руку вдоль туловища и подождать окончания измерения.
8. Пациенту не разрешается смотреть на показания прибора, так как это провоцирует у него тревожную реакцию, что может привести к искажению результатов и нивелировать основное преимущество СМАД.
9. Ночью пациент должен спать, а не думать о работе регистратора, иначе величины ночного АД будут недостоверными.
10. Во время мониторинга пациент должен вести подробный дневник, в котором отражаются его действия и самочувствие.

### **Правила подготовки к УЗИ (ультразвуковому исследованию) сердца**

1. Специальной подготовки не требуется.
2. Предварительно снять электрокардиограмму,
3. Знать антропометрические данные (рост и вес).

### **Правила подготовки к УЗИ сосудов верхних конечностей** не требуется.

### **Правила подготовки к УЗИ сосудов нижних конечностей**

1. Принять гигиенический душ перед исследованием.
2. При наличии повязки на большой площади нижних конечностей снять ее и, по возможности, гигиенически обработать поверхность кожи.
3. Иметь при себе 2 пеленки (полотенца).

### **Правила подготовки к УЗИ аорты**

1. За 1-2 дня исключите из рациона свежие фрукты и овощи, черный хлеб, растительные соки, бобовые и молочные продукты, кондитерские изделия, так как все они могут провоцировать вздутие кишечника, нежелательное для исследования;
2. Воздержитесь от употребления алкоголя за 5 дней до обследования;
3. При выраженном метеоризме накануне исследования принять «Эспумизан» 2 драже 3 раза в день, в день исследования 2 драже натощак;
4. Ультразвуковое исследование проводят натощак или спустя 6 часов после последнего приема пищи.

### **Правила подготовки к определению функции внешнего дыхания**

1. Исследование проводится натощак, в первой половине дня.
2. Перед исследованием исключить прием бронхолитиков.
3. Исключаются нервные, физические перенапряжения, физиопроцедуры, курение.

### **Правила подготовки к снятию электроэнцефалограммы**

1. Исследование проводится на сытый желудок.
2. Голова должна быть чисто вымытой и обязательно сухой.
3. Из волос необходимо удалить лишние предметы (заколки, банты, ободки, шпильки).

### **Правила подготовки к УЗИ брюшной полости**

1. За 1-2 дня исключите из рациона свежие фрукты и овощи, черный хлеб, растительные соки, бобовые и молочные продукты, кондитерские изделия, так как все они могут провоцировать вздутие кишечника, нежелательное для исследования;
2. Воздержитесь от употребления алкоголя за 5 дней до обследования;
3. При выраженном метеоризме накануне исследования принять «Эспумизан» 2 драже 3 раза в день, в день исследования 2 драже натощак;
4. Ультразвуковое исследование проводят натощак или спустя 6 часов после последнего приема пищи;
5. Не пить жидкость перед исследованием.
6. Перед исследованием не курить, не чистить зубы, исключить жевательные резинки.

### **Правила подготовки к УЗИ почек**

Если во время УЗИ планируется обследование и мочевого пузыря, то перед процедурой его не следует опорожнять.

### **Правила подготовки к УЗИ органов мочеполовой системы**

1. Исключить из питания в течение 3 дней до исследования газообразующие продукты (овощи, фрукты, молочные, дрожжевые продукты, черный хлеб, фруктовые соки); не принимать таблетированные слабительные препараты.
2. Поставить очистительную клизму вечером накануне исследования органов малого таза.
3. За 1,5–2 часа до исследования выпить 0,5–1,5 литра жидкости (чай, вода, сок, компот) – количество жидкости зависит от возраста пациента, не мочиться до исследования.

### **Правила подготовки к УЗИ молочных желез**

1. Исследование проводится на 2-10 день цикла (считать от первого дня менструации). В менопаузу, при лактации и во время беременности в любой день.

### **Правила подготовки к бронхоскопии**

1. В плановом порядке ФБС проводится натощак, ужин накануне процедуры не позднее 18 часов;
2. Исключить в день исследования прием пищи, воды, не курить;
3. С собой иметь полотенце; направление на исследование
4. Перед исследованием необходимо вынуть съемные зубные протезы;
5. Опорожнить мочевой пузырь и кишечник непосредственно перед исследованием;
6. Важно знать, что данное исследование выполняется под местной анестезией в положении сидя. Для лучшего расслабления мышц шеи и плечевого пояса руки следует опустить между ног, голову слегка запрокинуть назад;
7. В процессе исследования нельзя втягивать голову, выгибать грудь вперед, так как это мешает введению бронхоскопа, нельзя хвататься за эндоскоп руками;
8. После ФБС необходимо 2 часа воздерживаться от приема воды и пищи.

### **Правила подготовки к эзофагогастродуоденоскопии (ЭФГДС, ФГДС)**

1. Накануне допустим ужин (с 18:00-20:00), перед сном можно пить воду, принимать лекарственные препараты. В день исследования запрещается употреблять какую-либо пищу или жидкости (исследование проводится натощак), по возможности исключить курение. Вопрос о приеме лекарственных препаратов в день исследования, назначенных другими врачами, необходимо решить накануне с врачом, выполняющим эндоскопическое исследование;
2. В целях улучшения качества подготовки к исследованию рекомендуется не менее, чем за 30 минут принять препарат «Эспумизан» (1-2 дозировочные ложки);
3. После ЭГДС разрешается принимать пищу через 20-30 минут.
4. Вечером, ночью, в день исследования запрещается принимать пищу! Можно пить воду в любом количестве.

### **Правила подготовки к КТ исследованиям.**

Стандартные (бесконтрастные) КТ исследования головного мозга, околоносовых пазух, височных костей, шеи, щитовидной железы, гортани, грудной клетки, позвоночника, костей и суставов проводятся без предварительной подготовки.

Стандартные (бесконтрастные) КТ исследования брюшной полости и забрюшинного пространства проводятся натощак (6 часов голода перед исследованием). В зоне сканирования не должно быть металлических предметов (необходимо снять перед исследованием) Несъемные металлоконструкции не являются противопоказанием для проведения КТ, но могут ухудшать качество визуализации.

Все исследования с внутривенным болюсным контрастированием проводятся:

-при отсутствии противопоказаний для внутривенного введения йодсодержащих рентгеноконтрастных средств;

-необходимо сдать анализ крови на креатинин(н более 1 месяца до исследования)

-натошак (голод в течение 6 часов перед исследованием) с соблюдением накануне диеты, исключая продукты, которые способствуют повышению газообразования (выпечка, бобовые, капуста, черный хлеб, молочные продукты/, напитки с газом, сладости)

-пациентам с сахарным диабетом 2-го типа необходимо исключить прием Метформина и его аналогов за 48 часов до и 24 часа после исследования

-накануне исследования (предыдущий день) и после исследования пациент должен выпивать 1-2 литра воды дополнительно

Рентгеноконтрастные исследования проводятся без выполнения предварительных проб на чувствительность пациента к йодсодержащим контрастным веществам КТ исследование малого таза проводится натощак с предварительным пероральным контрастированием желудочнокишечного тракта, при наполненном мочевом пузыре.

КТ исследования малого таза у молодых женщин проводятся на 8-10 сутки от начала менструального цикла.

Подготовка раствора контрастного вещества: ампулу контрастного вещества 20 мл (Тразограф, Урографин, Омнипак) растворяют в 0,5 л воды, половина раствора выпивается вечером (20-22 часа) накануне исследования и вторая половина – утром в день исследования (при проведении КТ во второй половине дня –за 3 часа до исследования). Перед исследованием надо выпить 0,5 л воды и не мочиться.

МСКТ урография (исследование почек и мочеточников с внутривенным контрастированием) проводится натощак, без предварительного контрастирования желудочно-кишечного тракта, при наполненном мочевом пузыре.

Если перед КТ брюшной полости и малого таза было проведено контрастное рентгеновское исследование (ирригоскопия, пассаж бария по кишечнику, рентгеноскопия желудка), то между данными процедурами должно пройти не менее 5 суток.