

ПРАВИЛА ПОДГОТОВКИ К СДАЧЕ АНАЛИЗОВ

Наиболее значимые факторы, которые могут оказать влияние на результат анализа:

- Продукты питания: прямое влияние за счет всасывания их компонентов, косвенное - повышение мутности пробы за счет жировых частиц, изменение уровня гормонов в ответ на прием пищи.
- Алкоголь оказывает острые и хронические эффекты на многие процессы обмена веществ.
- Курение влияет на уровень секреции некоторых биологически активных веществ.
- Прием лекарственных препаратов: влияние лекарственных препаратов на результаты лабораторных тестов многообразно и не всегда предсказуемо, особенно если препарат не один.
- Физиотерапевтические процедуры, инструментальные и лучевые исследования (рентген, КТ, МРТ, УЗИ, ПЭТ и проч.) могут вызвать изменение некоторых лабораторных параметров.
- Перегрузки (как физические, так и эмоциональные) приводят к сдвигам гормональных и биохимических показателей.
- Фаза менструального цикла у женщин влияет на уровни ряда гормонов, следует уточнить у врача оптимальные дни для взятия пробы.
- Время суток: циркадные (суточные) ритмы деятельности многих систем человеческого организма обуславливают колебания многих гормональных и биохимических показателей.

ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПОДГОТОВКИ К СБОРУ БИОПРОБ

- Пробы для лабораторных анализов должны быть получены до проведения любых других обследований (рентген, КТ, МРТ, УЗИ и т.д.) и лечебных мероприятий (инструментальные обследования, физиотерапия, массаж, пункции, инъекции, вливания, прием контрастных препаратов и прочее). Если для УЗИ-исследования вам пришлось выпить необычно большое количество жидкости, НИКАКИЕ лабораторные анализы в этот день сдавать не рекомендуется.
- После некоторых медицинских процедур (например, массаж предстательной железы перед исследованием ПСА) следует отложить лабораторное обследование на 5-7 дней.
- По возможности, рекомендуется сдавать кровь в период с 8 до 11 часов утра, натощак, то есть после не менее чем 8-ми часового (но более чем 14-ти часового) голодания (кофе, чай, сок, - даже без сахара - тоже еда).
- Для диагностики острых состояний взятие проб возможно в любое время.
- Воду можно пить в обычных количествах.
- Для ряда тестов существуют специальные правила подготовки, с которыми вас ознакомит врач при назначении исследования

КРОВЬ

- Накануне сдачи анализов следует воздержаться от приема алкоголя.
- Воздержаться от курения не менее, чем за час до процедуры.

- Постараться избегать необычных физических и эмоциональных нагрузок накануне исследования.
- Если вы принимаете какие-то лекарственные препараты, следует проконсультироваться с врачом по поводу целесообразности проведения исследования на фоне их приема или возможности отмены приёма препарата перед исследованием, длительность отмены определяется периодом выведения препарата из крови.
- Если же по показаниям вам все-таки необходимо принять лекарство, обязательно проинформируйте об этом медсестру при взятии крови.
- Рекомендуется перед взятием крови отдохнуть в течение 10-20 мин в холле.

Не рекомендуется собирать биоматериал на исследование в емкости не предназначенные для этих целей, так как остатки содержащихся в таких емкостях веществ могут существенным образом исказить результаты ваших анализов.

МОЧА

- Наиболее информативные результаты получаются при исследовании утренней порции мочи (первой сразу после сна).
- За 10-12 часов до сбора не рекомендуется употреблять алкоголь, интенсивно окрашенные продукты (например, свекла, некоторые кондитерские изделия и напитки), острую и соленую пищу.
- Употреблять жидкость следует в обычном объеме.
- По мере возможности исключить прием мочегонных препаратов.
- Женщинам исследование рекомендуется производить до менструации или через 2 дня после ее окончания.
- Перед сбором мочи необходимо произвести тщательный туалет наружных половых органов (тщательное подмывание с мылом).

Общий анализ, анализ по Нечипоренко:

- собрать среднюю порцию мочи (небольшое количество (первые 1-2 сек.) выпустить в унитаз, затем около 50 мл - в пластиковый контейнер.
- Контейнер плотно закрыть (завинтить) крышкой.

Исследования суточной мочи:

- Моча собирается в течение 24 часов.
- Сразу после сна следует помочиться в унитаз.
- Все последующие порции мочи, выделенные в течение дня и ночи, а также первая утренняя порция следующего дня (в то же время) собрать в одну емкость (хранить в холодильнике при температуре +4 - +8°C).
- По завершении сбора мочи содержимое емкости необходимо точно измерить и записать объем на бланке направления.
- Мочу тщательно перемешать.
- Немного мочи сразу отлить в контейнер (не больше 100 мл), которую и доставить в

лабораторию (весь объем приносить не надо).

Анализ мочи по Зимницкому:

- Моча собирается в течение суток каждые 3 часа в отдельные контейнеры.
- Нужно приготовить 8 контейнеров, пронумеровав их и написав на каждом время сбора пробы, включая ночное. Например: «№1 6-00 - 9-00», «№2 9-00 - 12-00» и так далее до пробы «№8 3-00 - 6-00».
- Сбор мочи ведется в строгом соответствии с нумерацией емкостей.
- В лабораторию надо доставить всю имеющуюся мочу (все 8 сосудов, даже если некоторые и оказались не наполнены).
- Если в какой-то порции моча не поместилась в один контейнер, остатки нужно вылить в дополнительный контейнер, написав «дополнительно к ФИО пациента».

КАЛ

Общий анализ:

- Нельзя собирать кал после клизмы, после приема медикаментов, изменяющих перистальтику кишечника (слабительные) или влияющих на окраску кала (железо, висмут, барий).
- Кал для микробиологического исследования на дисбактериоз: должен быть получен до начала приема антибактериальных препаратов.
- За 3-4 дня до сбора отменить прием любых слабительных, не применять препараты в виде ректальных свечей.
- Для общего анализа кал нужно собрать в одноразовый пластиковый контейнер (не более трети объема), используя прилагаемую к контейнеру ложечку.
- Для исследования на яйца глист и простейшие: несколько порций кала необходимо взять из разных мест общей массы.

Для анализа на дисбактериоз:

- Перед сбором пробы следует помочиться и спустить воду.
- Собрать свежевыделенный кал в стерильный контейнер.
- Плотно закрыть крышку контейнера.
- Хранить пробу не более 6 часов в прохладном месте (замораживание не допускается).

МОКРОТА

- Перед сбором следует вычистить зубы, прополоскать рот.
- В пробе не должно быть примесей слюны.
- Мокроту собирают в пластиковый контейнер утром до приема пищи.
- Выделению мокроты способствуют глубокие вдохи и покашливание.
- Объем пробы должен быть не менее 3-5 мл.

ЭЯКУЛЯТ (Сперма)

- Не менее 3-х (но не более 7-ми) дней следует воздерживаться от сексуальной активности.
- В эти дни нежелателен прием лекарств, кроме жизненно необходимых (постоянно принимаемые по назначению врача отменять не надо).
- При повторном исследовании желательно устанавливать, по возможности, одинаковые периоды воздержания для снижения колебаний полученного результата.
- Не принимать острой и жирной пищи, алкоголь, избегать вредных и необычных воздействий на организм: температурных (баня), электромагнитных (УВЧ) и т.п.
- Сбор эякулята рекомендуется произвести в самой лаборатории.
- Если это не представляется для вас возможным, то можно собрать материал дома.
- Метод получения пробы - мастурбация.
- Сбор производится в пластиковый контейнер. Использовать презерватив нельзя.
- Доставку пробы в лабораторию необходимо осуществить в течение 30-40 минут с указанием точного времени сбора.
- Доставка должна производиться при приближенных к температурным условиям тела (например, поместив контейнер подмышку).

Рекомендуемое время получения проб для некоторых видов анализов

Тип анализа	Оптимальное время сбора пробы биоматериала
Коагулология	Натощак
Гематология	Натощак
Биохимия	Натощак
Витамины	Натощак
Иммунный статус	Натощак
Онкомаркеры	Натощак
Аутоиммунитет	Натощак
Аллергология	Натощак
Инфекции	Натощак
Генетика	Натощак
Гормоны	До 10.00
АКТГ	До 10.00
Кортизол	До 10.00
Паратгормон	До 10.00
Инсулин, С-пептид	До 10.00
1 Бета-ХГЧ (тест на берем.)	В течении дня