

Подготовка к сдаче анализов

Не секрет, что на организм человека оказывают влияние различные факторы внешней среды, образ жизни, суточные ритмы, приём лекарственных препаратов и т. п. Несомненно, живой организм – сложная самодостаточная система, способная на поддержание стабильных, характерных для каждого из нас лабораторных показателей. Но в некоторых случаях показатели выходят за пределы допустимых интервалов, что может указывать на появление заболевания. Очень важно быть уверенным, что это истинные нарушения, а не последствие неверной подготовки к сдаче анализа, приводящее к повторному исследованию, назначению дополнительных методов обследования, затрате времени пациента для установления диагноза и определения тактики лечения.

Надеемся, предлагаемые ниже несложные правила подготовки к исследованиям помогут нашим пациентам.

Подготовка к сдаче крови на анализ

Для сдачи крови на определение биохимических показателей, на гормоны, онкомаркеры, клинический анализ - кровь для исследования желательно сдавать натощак, т.е. после 4-6 часов с момента последнего приёма пищи. Необходимо увеличить этот интервал до 12 часов для определения показателей липидного спектра:

- липопротеиды высокой плотности
- липопротеиды низкой плотности
- триглицериды
- апо А-, апо В-липопротеины
- липопротеин (а)
- липидограмма

Слишком длительное голодание (более 16 часов) недопустимо, ибо запускает процессы «внутреннего питания», приводящие к повышению мутности крови (появление в крови хиломикронов). Соблюдайте привычный для Вас питьевой режим (вода), чтобы предотвратить «сгущение» крови. В день сдачи крови не нагружайте себя физическими упражнениями. Непосредственно перед сдачей избегайте эмоциональной нагрузки, отдохните в спокойной обстановке несколько минут. Откажитесь от приёма алкоголя за 72 часа до сдачи крови. Не курите как минимум за 30 мин. до посещения процедурного кабинета.

Подготовка к выполнению теста толерантности к глюкозе

Подготовку к проведению теста нужно начать за 3 дня до сдачи крови. Очень важно следовать приведенной ниже инструкции, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты. Перед исследованием сообщите врачу о своем самочувствии, обязательно упомянув при этом об имеющейся беременности и/или стрессе.

1. Количество углеводов в пище должно быть не менее 125 г в день в течение 3 дней перед проведением теста.
2. Ограничьте физические нагрузки в течение 12 ч. перед началом теста.
3. Тест проводят утром, строго натощак (не менее 12 ч., но и не более 16 ч. после последнего приема пищи).

Подготовка к сдаче мочи на анализ

В процедурном кабинете получите одноразовый контейнер для сдачи анализа. Накануне исследования (за 10-12 часов) рекомендуется исключить приём алкоголя, острой и солёной пищи, мочегонных средств. Мочу собирают в стерильный контейнер после туалета наружных половых органов. Женщинам исследование рекомендуется производить до менструации или через 2 дня после ее окончания.

Плотно завинчивайте крышку контейнера. Доставленный в лабораторию контейнер обязательно должен быть промаркирован.

Подготовка к сдаче суточной мочи

Для исследования суточной мочи необходимо собрать всю мочу, выделившуюся в течение 24 часов:

- После утреннего мочеиспускания зафиксируйте время. С этого момента (например, 8:00) начинается 24 часа
- Сбор мочи в специальный контейнер начинайте с последующего мочеиспускания.
- Важно! Если врач назначил исследование на катехоламины, метанефрины, адреналин, норадреналин, дофамин, в контейнер для сбора суточной мочи перед его заполнением необходимо добавить консервант, полученный в процедурном кабинете.
- По прошествии 24 часов (например, до 8:00 следующего дня) необходимо записать объём собранной в контейнер мочи, используя мерное окно.
- Перемешав содержимое контейнера, отлейте в маленький одноразовый контейнер 50-100 мл мочи, плотно завинтите крышку и доставьте этот контейнер в лабораторию.
- Контейнер обязательно должен быть промаркирован в процедурном кабинете.
- Обязательно укажите объём выделившейся за сутки мочи.

Подготовка к сдаче урогенитальных мазков на анализ

Важно помнить, что более информативным будет биоматериал, если пациент за 2 недели до исследования исключит местное применение антисептиков и/или антибактериальных и противогрибковых препаратов. За 2-3 часа до взятия мазков желательно воздержаться от мочеиспускания. Женщинам исследование желательно проводить перед менструацией или через 1–2 дня после ее окончания. Накануне обследования не следует проводить спринцевание, туалет наружных половых органов с применением средств интимной гигиены. Контрольное исследование проводится не менее чем через 2 недели после окончания лечения антибактериальными или противовирусными препаратами.