

Как правильно подготовиться к лабораторному исследованию

Уважаемые пациенты! Обращаем внимание, что кровь для выполнения лабораторных исследований рекомендуется сдавать утром натощак, после 8 - 12 часового ночного периода голодания. Если у пациента нет возможности прийти в лабораторию утром, кровь следует сдавать после 6 часов голодания, исключив в утреннем приеме пищи жиры.

• Как подготовиться к сдаче анализов крови

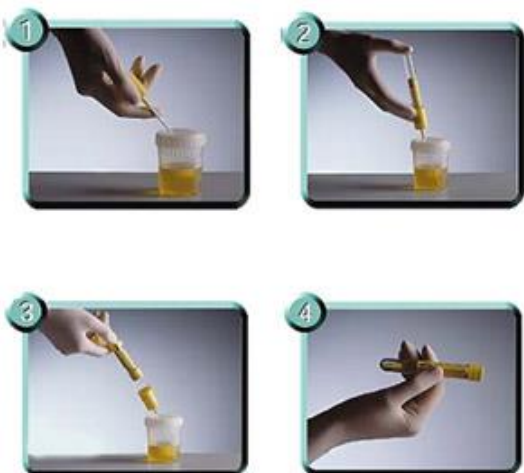
1. Ряд анализов делают натощак. Например, биохимические (глюкоза, холестерол, билирубин и др.) и серологические тесты (сифилис, гепатит В), гормоны (ТТГ, паратгормон) и др. «Натощак» - это когда между последним приёмом пищи и взятием крови проходит не менее 8 часов (желательно - не менее 12 часов). Сок, чай, кофе, тем более с сахаром - тоже еда, поэтому придётся потерпеть. Можно пить воду.
2. Строго натощак (после 12-часового голодания) следует сдавать кровь для определения параметров липидного профиля: холестерол, ЛПВП, ЛПНП, триглицериды.
3. Если предстоит сдавать общий анализ крови, последний приём 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.
4. Желательно за 1 - 2 дня до обследования исключить из рациона жирное, жареное и алкоголь. Если накануне состоялось застолье - перенесите лабораторное исследование на 1-2 дня. За час до взятия крови воздержитесь от курения.
5. Содержание многих анализов в крови подвержено суточным колебаниям, поэтому для ряда исследований кровь следует сдавать строго в определенное время суток. Так, кровь на некоторые гормоны (ТТГ и паратгормон), а также на железо сдают только до 10 утра.
6. При сдаче венозной крови нужно исключить факторы, влияющие на результаты исследований: физическое напряжение (бег, подъём по лестнице), эмоциональное возбуждение. Поэтому перед процедурой следует отдохнуть 10 - 15 минут в приёмной, успокоиться.

7. Кровь на анализ сдают до начала приёма лекарственных препаратов (например, антибактериальных и химиотерапевтических) или не ранее чем через 10 - 14 дней после их отмены. Исключение составляют случаи, когда хотят исследовать концентрацию лекарств в крови (например, вальпроевой кислоты, антиконвульсантов). Если вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом лечащего врача.
8. Кровь не следует сдавать после рентгенографии, ректального исследования или физиотерапевтических процедур.
9. При гормональных исследованиях у женщин репродуктивного возраста (примерно с 12 - 13 лет и до наступления климактерического периода) на результаты влияют физиологические факторы, связанные со стадией менструального цикла. Поэтому при подготовке к обследованию на гормоны ФСГ, ЛГ, пролактин, эстриол, эстрадиол, прогестерон следует указать фазу цикла. При проведении исследования на половые гормоны строго придерживайтесь рекомендаций вашего лечащего врача о дне менструального цикла, в который необходимо сдать кровь.
10. При выполнении исследований на наличие инфекций следует учитывать, что в зависимости от периода инфицирования и состояния иммунной системы у любого пациента может быть отрицательный результат. Но, тем не менее, отрицательный результат полностью не исключает инфекции. В сомнительных случаях рекомендуется провести повторный анализ.
11. В разных лабораториях могут применяться разные методы исследования и единицы измерения. Чтобы оценка ваших результатов была корректной и была приемлемость результатов, делайте исследования в одной и той же лаборатории, в одно и то же время. Сравнение таких исследований будет более корректным.

• Как подготовиться к сдаче мочи

1. В медицинском офисе лаборатории получите контейнер с белой крышкой и пробирку с переходником.
2. Накануне сдачи анализа рекомендуется не употреблять овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи (свекла, морковь и пр.), не принимать диуретики. Перед сбором мочи надо произвести тщательный гигиенический туалет половых органов. Женщинам не рекомендуется сдавать анализ мочи во время менструации.

3. Соберите примерно 50 мл утренней мочи в контейнер (с белой крышкой). Для правильного проведения исследования при первом утреннем мочеиспускании небольшое количество мочи (первые 1 - 2 секунды) выпустить в унитаз, а затем, не прерывая мочеиспускания, подставить контейнер для сбора мочи, в который собрать приблизительно 50 мл мочи.
4. Сразу после сбора мочи плотно закройте контейнер завинчивающейся крышкой.
5. Вставьте в контейнер переходник, вдавив его острым концом в углубление на контейнере (рис. №1).
6. Насадите пробирку вниз резиновой пробкой в углубление на широкой части переходника, при этом пробирка начнёт наполняться мочой. После того как моча прекратит поступать в пробирку, снимите пробирку с переходника (рис. №2, №3).
7. Несколько раз переверните пробирку для лучшего смешивания мочи с консервантом (рис. №4).
8. Доставить пробирку с мочой в лабораторию в течение дня (по графику сдачи анализов из крови). Если нет возможности сразу доставить мочу в медицинский офис лаборатории, то пробирку с мочой следует хранить при температуре $+2...+8^{\circ}\text{C}$.



Сбор суточной мочи для биохимического анализа

Собирается моча за сутки. Первая утренняя порция мочи удаляется. Все последующие порции мочи, выделенные в течение дня, ночи и утренняя порция следующего дня собираются в одну ёмкость, которая хранится в холодильнике ($+4...+8^{\circ}\text{C}$) в течение всего времени сбора (это необходимое условие, так как при комнатной температуре существенно снижается

содержание глюкозы). После завершения сбора мочи содержимое ёмкости точно измерить, обязательно перемешать и сразу же отлить в небольшую баночку (не больше 5 мл). Эту баночку принести в лабораторию для исследования. Всю мочу приносить не надо. На направительном бланке нужно указать суточный объём мочи (диурез) в миллилитрах, например: «Диурез 1250 мл», напишите также рост и вес пациента.

До 10 утра (1-я или 2-я утренняя порция мочи) берут пробу мочи для определения ДПИД.