БУЗ ВО «Череповецкая детская городская поликлиника № 3»

**Подготовка к исследованиям**

**Уважаемые пациенты!**

   Вы получили от врача направление на анализ крови или исследование и уже направляетесь в кабинет...

   Помните! - для обеспечения максимальной точности и достоверности результатов Вам необходимо строго придерживаться установленных правил подготовки к предстоящему исследованию. От качества подготовки в значительной мере зависит стандартизованность технологии проведения исследования, а, значит, - и достоверность полученных результатов! Отнеситесь к себе с должным вниманием и заботой!

   Очень важно, чтобы вы точно следовали указанным рекомендациям, т.к. только в этом случае будут получены правильные результаты. При возникновении вопросов обязательно обратитесь к лечащему врачу.

    По вопросам можно обратиться в процедурный кабинет поликлиники, адрес:

г. Череповец, ул. Суворова, д.4,  телефон: 24-00-20.

**1. Подготовка к биохимическому исследованию крови**

Вы должны подготовить себя к этому исследованию следующим образом: воздержаться от физических нагрузок, приёма алкоголя и лекарственных веществ, изменений в питании в течение 24 часов до взятия крови.

    Вам не следует принимать пищу после ужина, лечь спать нужно накануне в обычное для вас время и встать не позднее, чем за час до взятия крови.

    Нельзя ничего есть в течение 12 ч, предшествующих началу исследования, но голодание ни в коем случае не должно быть более 16 часов. Нельзя пить соки, чай, кофе и другие напитки. Используйте для питья воду.

    Желательно за 1-2 дня до обследования исключить из рациона жирное, жареное и алкоголь. Если накануне состоялось застолье – необходимо перенести лабораторное исследование на 1-2 дня.

    Перед исследованием крови следует максимально снизить физические нагрузки. Исключить бег, подъем по лестнице. Избегать эмоционального возбуждения. Минут 10-15 нужно отдохнуть, расслабиться и успокоиться.

    Перед сдачей крови нужно исключить перепады температур, то есть баню и сауну.

    Перед гормональным исследованием крови у женщин репродуктивного возраста следует придерживаться рекомендаций лечащего врача о дне менструального цикла, в который необходимо сдать кровь, так как на результат анализа влияют физиологические факторы фазы менструального цикла.

    Перед сдачей крови необходимо успокоиться, чтобы избежать немотивированного выброса в кровь гормонов и увеличение их показателя.

    Не рекомендуется сдавать кровь после применения медикаментов, особенно при внутримышечном или внутривенном введении их. Не следует сдавать кровь после воздействия рентгеновских лучей («рентген»), физиотерапевтических процедур, УЗИ, ЭКГ. С учетом суточных ритмов изменения показателей крови образцы для повторных исследований целесообразно брать в одно и то же время.

    Если вы испытываете трудности с отменой лекарственных препаратов, то обязательно скажите об этом лечащему врачу.

    Очень важно, чтобы вы точно следовали указанным рекомендациям, т.к. только в этом случае будут получены правильные результаты исследования крови.

**2. Исследование мокроты**

Перед сбором мокроты необходимо тщательно почистить зубы, прополоскать рот и глотку кипяченой водой. Ограничений в режиме питания и приеме лекарственных препаратов нет.

**3. Правила сбора мочи**

Общее лабораторное исследование. Для общего анализа предпочтительно использовать “утреннюю” мочу, которая в течение ночи собирается в мочевом пузыре; это снижает естественные суточные колебания показателей мочи и тем самым более объективно характеризует исследуемые параметры. Объём мочи для полного исследования – 100-200 мл. Моча должна быть собрана после тщательного туалета наружных половых органов в сухую, чистую, хорошо отмытую от чистящих и дезинфицирующих средств посуду. Несоблюдение этого правила может повлечь за собой повышение количества эритроцитов и лейкоцитов в моче, что затруднит постановку правильного диагноза. Можно использовать мыльный раствор (с последующим обмываем кипяченой водой), 0,02% раствор фурацилина, 0,02-0,1% раствор перманганата калия. Для анализа можно собирать всю мочу, однако в неё могут попасть элементы воспаления мочеиспускательного канала, наружных половых органов и др. Поэтому, как правило, первую порцию мочи не используют. Вторую (среднюю!) порцию мочи собирают в чистую посуду, не касаясь склянкой тела. Посуда с мочой плотно закрывается крышкой. Анализ мочи производится не позднее 2-х часов после получения материала.

    Моча, которая хранится дольше, может быть загрязнена посторонней бактериальной флорой. При этом рН мочи будет сдвигаться к более высоким значениям из-за аммиака, выделяемого в мочу бактериями. Микроорганизмы потребляют глюкозу, поэтому при глюкозурии можно получить отрицательные или заниженные результаты. Желчные пигменты разрушаются при дневном свете. Хранение мочи ведёт к разрушению в ней эритроцитов и других форменных элементов.

    Перед сдачей мочи на анализ нежелательно применение лекарственных веществ, т.к. некоторые из них (в частности, аскорбиновая кислота, входящая в состав большинства комплексных витаминов) оказывают влияние на результаты биохимических исследований мочи (белок, глюкоза, гемоглобин).

    Транспортировка мочи должна производиться только при положительной температуре, в противном случае выпадающие в осадок соли могут быть интерпретированы как проявление почечной патологии, либо совершенно затруднят процесс исследования.

    Для количественного исследования содержания сахара в суточной моче (при сахарном диабете и др.) необходимо собрать суточную мочу – т.е. всю мочу, за одни сутки. При этом ёмкость с мочой необходимо сохранять в прохладном месте (оптимально - в холодильнике на нижней полке при 4-8ºС), не допуская её замерзания. При большом количестве суточной мочи допустимо транспортировать в лабораторию только её часть. Предварительно пациент максимально точно измеряет объём мочи, записывает его в направление врача, а затем, тщательно перемешав, отливает 50-100 мл от общего объема в чистую ёмкость, после чего доставляет мочу в лабораторию вместе с направлением. При сахарном диабете возможно также определение сахара в моче собранной в фиксированные (назначенные врачом) промежутки времени.

    Для исследования глюкозурического профиля мочу собирают в определённые интервалы времени: I порцию – с 9 до 14 ч, II – с 14 до 19, III – с 19 до 23, IV – с 23 до 6 ч утра, V – с 6 ч утра до 9 ч утра. До проведения анализа порции мочи должны храниться в холодильнике при 4ºС.

   Исследование мочи по Нечипоренко.

    Исследуется утренняя порция мочи в середине мочеиспускания («средняя» порция мочи). Достаточно 15-25 мл.. Хранение и доставка в лабораторию – (см. общее лабораторное исследование мочи).

    Исследование мочи по Зимницкому.

    Проба Зимницкого производится в 8-ми отдельных порциях мочи, собранных в течение суток. Перед началом сбора мочи в 6 ч утра пациент опорожняет мочевой пузырь (эту мочу выливают). В 9 ч утра пациент мочится (это первая банка, содержащая мочу за период с 6 до 9 ч.), в дальнейшем сбор мочи продолжают производить с интервалом 3 часа (после 9 ч и до 12 ч – во вторую банку, с 12 до 15 – в третью….с 3 до 6 ч утра - в восьмую). Ночью пациента следует будить каждые 3 часа, чтобы он мог помочиться. Сбор мочи заканчивают в 6 ч утра следующего дня. На все ёмкости наклеиваются этикетки с указанием номера и интервала времени, когда была получена данная порция (чтобы не перепутать банки, лучше это сделать предварительно, до начала сбора мочи). Ёмкости до исследования хранятся в холодильнике при 4ºС.

**4. Подготовка к забору крови на гормональные исследования (Т3, Т4, ТТГ, АТ-ПО)**

Уровень этих гормонов необходимо проверять натощак. Между последним приёмом пищи и взятием крови должно пройти не менее 8 часов. Сок, чай, кофе (тем более с сахаром) не допускаются. Можно пить воду. Кровь сдаётся в любой день менструального цикла. Непосредственно перед взятием крови пациент должен находиться в состоянии покоя около 30 минут.

За 2-3 дня до сбора крови на анализ нужно предотвратить приём йодсодержащих препаратов, йода-131, технеция-99m. За 1 месяц прекращается приём гормонов щитовидной железы (кроме как по специальным указаниям лечащего эндокринолога).

Рекомендуется ограничить физические нагрузки и психоэмоциональный стресс. Последующий мониторинг желательно проводить с использованием того же метода и в той же лаборатории.

**5. Исследование кала**

 Вы должны подготовить себя к этому исследованию следующим образом:

    • Следует соблюдать диету, предписанную вашим лечащим врачом;

    • Нужно воздержаться от приёма лекарственных препаратов, влияющих на секреторные процессы в желудке, на перистальтику желудка и кишечника (слабительных препаратов), а также меняющих цвет кала (индометацин, препараты железа).

    Перед исследованием кала на скрытую кровь нельзя принимать некоторые лекарственные вещества, в т.ч. аскорбиновую и ацетилсалициловую кислоту. Прием лекарственных препаратов необходимо согласовать с лечащим врачом.

    Перед исследованием кала на скрытую кровь из диеты должны быть исключены мясо, рыба, помидоры, огурцы, цветная капуста, зелёные овощи.

**6. Ультразвуковые исследования**

Пациенту с собой необходимо иметь:

    • Данные предыдущих исследований УЗИ (для определения динамики заболевания);

    • Направление на УЗИ (цель исследования, наличие сопутствующих заболеваний…);

    • Большое полотенце или пеленку.

    Подготовка к УЗИ брюшной полости (почек, печени):

    • За 2-3 дня до обследования рекомендуется перейти на бесшлаковую диету, исключить из рациона продукты, усиливающие газообразование в кишечнике (сырые овощи, богатые растительной клетчаткой, цельное молоко, черный хлеб, бобовые, газированные напитки, а также высококалорийные кондитерские изделия – пирожные, торты);

    • Пациентам, имеющим проблемы с ЖКТ (запоры) целесообразно в течение этого промежутка времени принимать ферментные препараты и энтеросорбенты (например, фестал, мезим-форте, активированный уголь или эспумизан по 1 таблетке 3 раза в день), которые помогут уменьшить проявления метеоризма;

    • УЗИ органов брюшной полости необходимо проводить натощак, если исследование невозможно провести утром, допускается легкий завтрак;

    • Если Вы принимаете лекарственные средства, предупредите об этом врача УЗИ;

    • Нельзя проводить исследование после гастро- и колоноскопии, а также R-исследований органов ЖКТ. Необходима пауза 3-4 дня.

    • Потребление негазированной жидкости перед процедурой не ограничивается.

Подготовка к УЗИ органов малого таза (мочевой пузырь, матка, придатки у женщин):

    • 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.

    • Для трансвагинального УЗИ (ТВС) специальная подготовка не требуется. В случае, если у пациента проблемы с ЖКТ – необходимо провести очистительную клизму накануне вечером. При себе иметь презерватив, специальный для УЗИ.

Подготовка к 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 трансректальном исследовании простаты (ТРУЗИ) необходимо сделать очистительную клизму. При себе иметь презерватив, специальный для УЗИ.

Подготовка к УЗИ молочных желез:

    • Исследование молочных желез желательно проводить в период первых 3-7 дней менструального цикла (1 фаза цикла).

    УЗИ щитовидной железы, лимфатических узлов и почек – не требуют специальной подготовки пациента.

**7. Эндоскопические исследования**

**Фиброгастродуоденоскопия.**

    Как правильно подготовиться.

    • Явка как минимум за 5 минут до назначенного времени;

    Утром в день исследования до ФГДС ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

    • Завтракать и принимать любую пищу, даже если исследование проходит во второй половине дня

    Утром в день исследования до ФГДС НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ:

    • Курить

    • Принимать лекарства в таблетках (капсулах) внутрь

    Утром в день исследования до проведения ФГДС РАЗРЕШАЕТСЯ:

    • Чистить зубы

    • Делать УЗИ брюшной полости и других органов

    • За 2-4 часа пить воду, некрепкий чай с сахаром (без хлеба, варенья, конфет…)

    • Принимать лекарства, которые можно рассасывать в полости рта, не заглатывая или взять с собой

    • Делать уколы, если не требуется после укола прием пищи и нет возможности сделать его после ФГДС

    Перед исследованием нужно снять съемные зубные протезы, очки, галстук.

    Накануне вечером: легкоусвояемый (без салатов!) ужин до 18.00 час.

    Никакой специальной диеты перед ФГС (ФГДС) не требуется, но:

    • Шоколад (шоколадные конфеты), семечки, орехи, острые блюда и алкоголь исключить за 2 дня;

    • При исследовании с 11 часов и позже – желательно утром и за 2-3 часа до процедуры выпить мелкими глотками один стакан негазированной воды или некрепкого чая (без варения, конфет, печенья, хлеба и др.);

    Важно, что бы:

    • Одежда была просторной, ворот и ремень расстегнуты;

    • Духами, одеколоном Вы не пользовались;

    Вы своевременно предупредили врача о наличии у Вас лекарственной, пищевой и иной аллергии.

    Больному с собой необходимо иметь:

    • Постоянно принимаемые лекарства (принять после осмотра, а под язык или спрей при ИБС, бронхиальной астме.. - до осмотра !);

    • Данные предыдущих исследований ФГДС (для определения динамики заболевания) и биопсии (для уточнения показаний к повторной биопсии);

    • Направление на ФГДС исследование (цель исследования, наличие сопутствующих заболеваний…);

    • Полотенце хорошо впитывающее жидкость или пеленку.

    При невозможности явиться в назначенное время просьба заранее позвонить врачу или там, где Вы записывались!!!

    Уважайте себя и берегите время врача!

   Колоноскопия

    Как правильно подготовиться:

    Подготовка к колоноскипии с помощью препарата «Фортранс»

    За два дня до исследования:

    Рекомендуемая диета: вареное мясо белой рыбы, курицы, яйца, сыр, белый хлеб, масло, печенье, картофель.

    Рекомендуется пить достаточное количество жидкости – до 2,5 литров в день (в том случае, если у Вас нет заболеваний, при которых обильное питье противопоказано – проконсультируйтесь об этом у врача).

    Не рекомендуется употреблять в пищу: фрукты и ягоды с косточками, красное мясо, овощи, злаковые, салат, грибы, орехи, зерновой хлеб, сладости.

    За день до проведения исследования:

    Утром – легкий завтрак из рекомендуемых выше продуктов. После завтрака до окончания исследования нельзя принимать твердую пищу, разрешается только пить

    После завтрака до 17-00 рекомендуется пить достаточное для очищения кишечника количество жидкости – до 2 литров (можно пить воду, нежирные бульоны, морсы, соки без мякоти, чай с сахаром или мёдом, компоты без ягод). Не рекомендуется принимать молоко, кисель, кефир.

    В 15:00 Вам необходимо подготовить раствор «Фортранса». 1 пакет на 20 кг веса человека. Для этого:

    Каждый пакет препарата «Фортранс» разводится в 1,0 литре кипяченой воды комнатной температуры. (1ый пакет выпить с 15.00 до 16.00, 2ой пакет с 16.00 до 17.00, 3ий пакет с 17.00 до 18.00, 4ый пакет с 18.00 до 19.00): приготовленный раствор Фортранса в течение трёх-четырёх часов (с 15:00) необходимо выпить в зависимости от массы тела.. Принимать Фортранс следует небольшими порциями, каждые 15 минут по 1 стакану, небольшими глотками.

    Через 1-3 часа после начала приема раствора «Фортранс» у Вас должен появиться обильный, частый, жидкий стул, который будет способствовать полному очищению кишечника.

    Если жидкий стул не появился через 4 часа после начала приема или появились признаки аллергической реакции, необходимо обратиться к медицинскому персоналу и воздержаться от следующего приема препарата.

    В день проведения исследования: утром принимать препарат «Фортранс» не надо.

    При подготовке к исследованию препаратом «Фортранс» выполнение клизм не требуется!

    Вам необходимо иметь при себе:

    • Простынь

    • Направление на колоноскопию (если Вы направлены из другого лечебного учреждения), заключения и протоколы ранее выполненных эндоскопических исследований, ЭКГ (при наличии у Вас сердечно-сосудистых заболеваний)

    Залогом успешного проведения колоноскопии, является правильная подготовка больного. Подготовка к обследованию кишечника начинается за 2-3 дня до назначенной даты исследования. Рекомендуются дополнительные средства, используемые для подготовки кишечника к исследованию.

    Для уменьшения вероятности неприятных ощущений во время и после осмотра назначается кишечный спазмолитик (препарат снимающий спазм кишки) Дицетел по 50 мг (1 таблетка) 3 раза в день в суток до исследования и 50 мг непосредственно перед колоноскопией. Но-шпа, баралгин, спазмалгон и другие подобные препараты малоэффективны.

    Как вести себя после исследования?

    Сразу же по окончании процедуры можно пить и есть. Если сохраняется чувство переполнения живота газами и кишка не опорожняется от остатков воздуха естественным путем, можно принять 8—10 таблеток мелко истолченного активированного угля, размешав его в 1/2 стакана теплой кипяченой воды. В течение нескольких часов после исследования лучше лежать на животе.