**Общие рекомендации для пациента по подготовке к лабораторным исследованиям**

**(кровь их вены на биохимические, гормональные, гематологические, иммунологические, коагулологические):**

* Рекомендуется сдавать кровь утром, в период с 8 до 11 часов, натощак (не менее 8 часов и не более 14 часов голода), детям до 1 года перед очередным кормлением.Питье – вода в обычном режиме, исключить чай, кофе, энергетические напитки.Накануне избегать пищевых перегрузок.
* Если вы принимаете какие-то лекарственные препараты - следует проконсультироваться с врачом по поводу целесообразности проведения исследования на фоне приема препаратов или возможности отмены приема препарата перед исследованием, длительность отмены определяется периодом выведения препарата из крови (в среднем, рекомендуют выждать 4-5 периодов полувыведения препарата, указанного в аннотации).
* Алкоголь – исключить прием алкоголя накануне исследования.
* Курение - не курить минимально в течение 1 часа до исследования.
* Исключить физические и эмоциональные перегрузки накануне исследования
* После прихода в лабораторию отдохнуть (лучше - посидеть) 10-20 минут перед взятием проб крови.
* Фаза менструального цикла у женщин важна для исследования (перед исследованием следует уточнить у врача оптимальные дни для взятия пробы для определения уровня ФСГ, ЛГ, пролактина, прогестерона, эстрадиола, антимюллерова гормона). Обычно это 5-7 и 21-22 дни менструального цикла.
* При исследовании липидного спектра до исследования специальная диета не назначается, режим питания не меняется.
* Исследование гликозилированного гемоглобина не требует сдачи крови натощак и соблюдения диеты.
* Аллергологические тесты можно проводить не прекращая прием антигистаминных препаратов.
* Исследование агрегации тромбоцитов нельзя проводить на фоне приема противовоспалительных препаратов (парацетамол, вольтарен, ибупрофен и др.). Исследование проводят через 10 дней после отмены препарата.
* Сдавать кровь необходимо до физиотерапевтических процедур, инструментального обследования (рентгенологического,УЗИ), массажа и других медицинских процедур. Например, после ректального обследования или биопсии предстательной железы лабораторное исследование ПСА следует отложить на 6-7 дней.
* Если при проведении взятия крови Вы испытываете головокружение, предупредите заранее процедурную сестру- кровь возьмут в положении лежа.
* Приконтроле лабораторных показателей в динамике рекомендуется проводить повторные исследования в одинаковых условиях-в одной лаборатории, сдавать кровь в одинаковое время суток и пр.

·         Кровь из пальца (на общий клинический анализ крови)

Нет особых требований по подготовке, желательно сдавать утром натощак (у грудных детей – перед очередным кормлением, питьевой режим – обычный). В экстренной ситуации или при невозможности взятия крови утром, натощак, допускается взятие пробы в течение дня, а также после приема небольшого количества нежирной пищи.

Правила сбора мочи на общий анализ

1.      Накануне сдачи анализа: не употреблять овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи (свекла, морковь и пр.), не пить избыточно минеральную воду (изменяет реакцию мочи), воздержаться от физических нагрузок, приема алкоголя, лечь спать в обычное время.

2.      При плановом обследовании пациента для общего анализа собирают первую утреннюю порцию мочи (натощак, сразу после сна), предварительно осуществив тщательный туалет наружных половых органов и промежности с мылом. Желательно, чтобы предыдущее мочеиспускание было не позже, чем в 2 часа ночи.

3.      Моча должна быть собрана в сухой, чистый, пластиковый или стеклянный контейнер. Брать мочу из горшка не допускается!

4.      Не рекомендуется сдавать анализ во время менструации.

5.      Сбор мочи проводить до процедур. После цистоскопии не ранее, чем через 5-7 дней.

6.      Объем мочи на анализ должен быть не менее 10 мл.

7.      Хранить мочу до доставки в лабораторию в холодильнике при +2-8С.

8. Особенность сбора мочи на Анализ мочи по Нечипоренко. Соблюдать все правила, изложенные выше, но для анализа необходимо собрать «среднюю» порцию первой утренней мочи. Для этого надо начать мочеиспускание в унитаз, через 2-3 секунды подставить контейнер для сбора мочи. После наполнения контейнера на 2/3-3/4 объема продолжить мочеиспускание в унитаз.

Правила сбора суточной мочи

1. Накануне исследования соблюдать обычный питьевой режим, не принимать мочегонные препараты (по согласованию с врачом),воздержаться от физических нагрузок, приема алкоголя, лечь спать в обычное время.

2. Утром, например в 07:00 опорожнить мочевой пузырь в унитаз (эта порция мочи не учитывается). После этого, до 7 часов утра следующего дня(т.е. в течение 24 часов), всю мочу, выделенную в течение дня, ночи и утреннюю порцию следующего дня собрать в одну чистую емкость. Перед каждым сбором мочи провести туалет половых органов. Каждое мочеиспускание производить в чистую сухую посуду и потом осторожно переливать в емкость.Таким образом, последняя порция мочи собирается в 07:00 следующего дня.Во время сбора емкость с мочой необходимо хранить в холодильнике при температуре +4 +8'С.После завершения сбора мочи емкость доставляется в лабораторию вместе с направлением.

Анализ мочи по Зимницкому

Моча собирается в течение суток, каждые 3 часа, включая ночное время, в отдельные емкости (всего 8 порций мочи). Для этого необходимо приготовить 8 банок с крышками, на каждой указать порядковый номер от 1 до 8.В день исследования не допускается избыточное потребление жидкости, необходимо соблюдать обычный питьевой режим и исключить прием мочегонных средств. Емкости с мочой хранить в прохладном месте (холодильнике при +4+8 С)

·         I порция – с 6.00 до 9.00

·         II порция – 9.00 до 12.00

·         III порция - с 12.00 до 15.00

·         IV порция - с 15.00 до 18.00

·         V порция - с 18.00 до 21.00

·         VI порция - с 21.00 до 24.00

·         VII порция- с 24.00 до 3.00

·         VIII порция – с 3.00 до 6.00

В 6 часов утра опорожнить мочевой пузырь в унитаз. Затем всю мочу последовательно собирать в 8 банок, каждые 3 часа меняя банку.   Ночью необходимо завести будильник для сохранения режима мочеиспускания (каждые 3 часа). Если мочи в течение 3 часов не окажется, соответствующую банку оставить пустой. При этом данная пустая подписанная емкость обязательно транспортируется в лабораторию. Если одной банки не хватит, взять еще одну и указать на ней номер той же порции.

Особенности для детей

**1.Техника подмывания ребенка:**

Вымыть руки с мылом. Сразу после пробуждения ребенка подмыть. Девочкам движениями спереди назад вымыть область наружных половых органов, тщательно промыв область между половыми губами.Мальчикам во время подмывания следует слегка отодвинуть кожицу с головки полового члена (не вызываяболевой реакции у ребенка). До 3-х летнего возраста у мальчиков может быть физиологический фимоз, однако все равно кожицу можно немного отодвинуть, чтобы промыть водой область под ней.

**2. Сбор первой утренней порции мочи:**

В зависимости от возраста применяют различные тактики сбора.

Девочки: удерживая половые губы разведенными, выпустить всю мочу в емкость, закрыть крышкой. Мальчики: удерживая крайнюю плоть в отведенном положении, выпустить всю мочу в емкость, закрыть крышкой.

Сбор мочи у маленьких детей:

- 1 способ: cпомощью специального детского одноразового мочесборника. Подходит как для девочек, так и для мальчиков. Для сбора мочи прикрепить мочесборник согласно прилагаемой инструкции к коже ребенка, желательно рано утром, с таким расчетом, что при пробуждении на утреннее кормление и произойдет мочеиспускание. Как только он будет заполнен, аккуратно сложить клеевую основу мочесборника, закрыв отверстие.Перелить мочу в сухую чистую баночку.

- 2 способ: у мальчика мочу можно собирать прямо в баночку. Для девочки необходимо простерилизовать блюдце, согреть его под теплой водой, положить на него малышку, после мочеиспускания мочу перелить в заранее подготовленную емкость.

Правила сбора кала

1.      Путем самопроизвольной дефекации в подкладное судно (пластиковый контейнер вместимостью 1 литр) собрать кал. Подкладное судно предварительно тщательно промыть водой несколько раз, ополоснуть кипятком. В чистую сухую посуду (одноразовый пластиковый контейнер с герметичной крышкой, может быть с ложкой) перенести кусочки кала в количестве не более 1/3 объема контейнера, взятые из разных мест каловых масс, закрыть крышкой.

2.      Нельзя направлять на исследование кал, полученный после клизмы, использования слабительных препаратов, введения свечей и приема препаратов, влияющих на окраску кала (железо, висмут, сернокислый барий).

3.      Кал не должен содержать примеси мочи, поэтому до сбора кала рекомендуется предварительно помочиться.

4.      Емкость с фекалиями доставляется в лабораторию сразу после дефекации ( для исследования на цисты простейших) или не позднее 10-12 ч. после дефекации при условии хранения в холодильнике при температуре +2-+8 °С (для общего анализа кала)

Правила подготовки при исследовании гинекологического мазка на флору

·         Мазок нельзя сдавать во время менструации. Оптимальный срок – середина цикла, с 10-го по 20-й день после начала месячных.

Подготовка к сдаче мазка на флору заключается в следующем:

·         за 2 недели до исследования прекратить лечение антибиотиками или противогрибковыми средствами, если же это невозможно – предупредить врача во время взятия мазка;

·         за 3 дня воздержаться от влагалищных сексуальных контактов;

·         за 2 дня прекратить использование вагинальных суппозиториев, таблеток, кремов и других лекарственных форм для местного применения;

·         накануне исследования не спринцеваться, можно только подмыть область промежности теплой водой с мылом.

Правила подготовки к микробиологическим исследованиям

 ·         Биологический материал на микробиологические исследования собирать только в стерильную лабораторную посуду.

·         Перед сбором материала не применять местные антисептические, антибактериальные и дезинфицирующие средства.

·         перед сбором мочи на посев необходимо провести гигиеническую обработку наружных половых органов, собрать среднюю утреннюю порцию мочи.

·         Мазок из зева собирают натощак, перед взятием пробы пациенту необходимо прополоскать рот теплой кипяченой водой.

·         Сбор мокроты проводят утром натощак,перед сбором пробы пациент должен почистить зубы, десны и щеки и прополоскать рот теплой кипяченой водой.

·         Забор материала у женщин из урогенитального тракта не проводится при наличии менструальных выделений.