****

**Подготовка к исследованиям крови.**

**Общие правила**

* Для большинства исследований кровь рекомендуется сдавать утром, с 8 до 11 часов, натощак (между последним приемом пищи и взятием крови должно пройти не менее 8 часов, воду можно пить в обычном режиме), накануне исследования — легкий ужин с ограничением приема жирной пищи.

Если Вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом лечащего врача.
* Сдавать кровь на липидный профиль (холестерин общий, холестерин-ЛПВП, холестерин-ЛПНП, холестерин-ЛПОНП, триглицериды, липопротеин (а), аполипопротеин А1, аполипопротеин В) следует строго натощак, после 12–14 часов голода, глюкозотолерантный тест — после 8–14 часов голода.
* За 24 часа до исследования необходимо исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, прием лекарственных препаратов (по согласованию с врачом).
* За 1-2 часа до исследования необходимо воздержаться от курения, не употреблять сок, чай и кофе, можно пить негазированную воду. Исключить физическое напряжение (бег, быстрый подъем по лестнице), эмоциональное возбуждение. За 15 минут до сдачи крови рекомендуется отдохнуть, успокоиться.
* Не следует сдавать кровь для лабораторного исследования сразу после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования, рентгенологического и ультразвукового исследований, массажа и других медицинских процедур.
* Кровь для исследований нужно сдавать до начала приема лекарственных препаратов или не ранее чем через 10–14 дней после их отмены. Для оценки контроля эффективности лечения любыми препаратами нужно проводить исследование спустя 7–14 дней после последнего приема препарата.

 **Подготовка перед сдачей крови**

Для сдачи анализа крови лучше всего подходит утреннее время: нормы всех анализов разрабатывались именно под временной интервал с 8 до 12 часов утра.

За 1–2 дня до анализа крови из рациона ребёнка следует исключить жирную и жареную пищу, сладости.

Взятие крови на анализ **у детей 1–2 лет** постарайтесь подстроить ближе к следующему кормлению. **После последнего приёма пищи должно пройти не менее 2–3 часов!**

Дети **от 2 лет и старше** сдают кровь для анализа строго натощак. **Между последним приёмом пищи и взятием крови должно пройти не менее 6–8 часов.**

Возьмите с собой что-нибудь вкусное, чтобы сразу после выхода из процедурного кабинета была возможность поесть. Для лучшего кровенаполнения сосудов за 30 минут до взятия крови ребёнок должен выпить 50–100 мл жидкости, желательно воды. **При исследовании уровня глюкозы в крови можно поить ребёнка только водой!**

 **Взятие крови у детей от 1 дня до 12 месяцев**

**Взятие крови на анализ у грудных детей постарайтесь подстроить под перерыв между кормлениями, ближе ко второму кормлению**.

Для лучшего кровенаполнения сосудов за 30 минут до взятия крови ребёнок должен выпить 50–100 мл жидкости, желательно воды. **При исследовании уровня глюкозы в крови можно поить ребёнка только водой!**

**Общий анализ крови**

Кровь сдается в утренние часы натощак (или в дневные/вечерние часы, спустя 8 часов после последнего приема пищи). За 1-2 дня до исследования исключить из рациона продукты с высоким содержанием жиров.

**Мочевина**

За 1-2 дня до исследования необходимо соблюдать диету: отказаться от употребления богатой пуринами пищи — печени, почек, а также максимально ограничить в рационе мясо, рыбу, кофе, чай. Противопоказаны интенсивные физические нагрузки.

**Холестерин, липопротеины**

За две недели до исследования необходимо отменить препараты, понижающие уровень липидов в крови, если не ставится цель определить гиполипидемический эффект терапии этими препаратами.

**Глюкоза**

При сдаче крови на глюкозу (в дополнение к основным требованиям подготовки к анализам) нельзя чистить зубы и жевать резинку, пить чай/кофе (даже несладкий). Утренняя чашка кофе кардинально изменит показатели. Также влияние оказывают мочегонные средства и другие лекарства.

**Гаптоглобин**

Перед исследованием необходимо исключить прием следующих препаратов: дапсона, метилдопы, сульфасалазина, эстрогенов, пероральных контрацептивов, тамоксифена, андрогенов.

**Альфа-2-макроглобулин**

В течение трех дней перед исследованием необходимо воздержание от употребления в пищу мяса.

**Сывороточное железо и ферритин**

По согласованию с врачом рекомендуется сдавать кровь до начала приёма железосодержащих лекарственных препаратов или не ранее чем через 7–14 дней после их отмены.

Только для анализа на сывороточное железо: женщинам следует сдавать кровь до или после менструации.

**Подготовка к исследованию мочи

Общие рекомендации**

* Внимание! Накануне исследования расходные материалы (контейнер с переходником и пробирку) необходимо получить в любом лабораторном отделении.
* За 10-12 часов до исследования не рекомендуется употреблять: алкоголь, острую и соленую пищу, а также пищевые продукты, изменяющие цвет мочи (свекла, морковь).
* По мере возможности исключить прием мочегонных препаратов.
* После проведения цистоскопии анализ мочи можно назначать не ранее чем через 5-7 дней.
* Женщинам не рекомендуется сдавать анализ мочи во время менструации.
* Сбор мочи пациент проводит самостоятельно (исключение составляют дети и тяжелобольные).
* Перед сдачей анализа произвести тщательный туалет наружных половых органов. Женщинам: ватным тампоном, смоченным теплой водой с мылом, провести туалет наружных половых органов, обработать половые губы движением тампона спереди и вниз, промокнуть чистой салфеткой. Мужчинам: провести туалет наружного отверстия мочеиспускательного канала теплой водой с мылом, затем промыть теплой водой и промокнуть чистой салфеткой.

**Общий анализ мочи**
* Для общего анализа используют первую утреннюю порцию мочи (предыдущее мочеиспускание должно быть не позже 2-х часов ночи).
* Перед сбором мочи проведите тщательный туалет наружных половых органов.
* Внимание! Не трогайте руками стерильную внутреннюю часть крышки.
* Спустите первую небольшую порцию мочи в туалет, а затем соберите среднюю порцию мочи в контейнер.
* Доставьте пробирку в лабораторное отделение в течение 1,5 часа.

 **Биохимия мочи**

При подготовке к биохимическому анализу мочи обратите внимание на то, какую мочу необходимо собирать (разовую или суточную) для каждого вида анализа

**Подготовка к ПЦР-исследованиям**

За 10-14 дней до взятия биоматериала необходимо прекратить прием лекарственных препаратов и лечебные процедуры.

Кровь сдавать натощак. Моча (первая порция) собирается утром после сна.

Доставка в лабораторию осуществляется в тот же день в течение 2–3 часов.