**Правила подготовки к диагностическим исследованиям, установленные в Федеральном бюджетном учреждении Центре реабилитации Фонда социального
страхования Российской Федерации «Кристалл»:**

**Подготовка пациента к ЭКГ исследованию:**

Пациенту желательно выспаться, отказаться от утренних упражнений, принять душ и не наносить на тело лосьоны и кремы.

Легкий завтрак, без кофе, чая и энергетических напитков за 1,5-2 часа до исследования.

Не позднее чем за 1,5-2 часа до исследования исключить курение и физические нагрузки.

Все лекарственные препараты пациент должен принимать без изменений.

Мужчинам, желательно, удалить лишний волосяной покров на груди.

**Основные требования подготовки пациента к сдаче анализа крови:**

1. Кровь сдается в утренние часы натощак (или в дневные и вечерние часы, спустя 4-5 часов после последнего приема пищи). За 1-2 дня до исследования исключить из рациона продукты с высоким содержанием жиров.

2. Показатели крови могут существенно меняться в течение дня, поэтому рекомендуется все анализы сдавать в утренние часы.

3. Накануне исследования (в течение 24 часов) исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, прием лекарственных препаратов (по согласованию с врачом).

4. За 1-2 часа до сдачи крови воздержаться от курения, не употреблять сок, чай, кофе, можно пить негазированную воду. Исключить физическое напряжение (бег, быстрый подъем по лестнице), эмоциональное возбуждение. За 15 минут до сдачи крови рекомендуется отдохнуть, успокоиться.

5. Не следует сдавать кровь для лабораторного исследования сразу после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования, рентгенологического и ультразвукового исследований, массажа и других медицинских процедур.

6. При контроле лабораторных показателей в динамике рекомендуется проводить повторные исследования в одинаковых условиях – в одной лаборатории, сдавать кровь в одинаковое время суток и пр.

7. 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. Если Вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом лечащего врача.

   Общие правила применимы ко всем анализам, но для некоторых исследований требуется специальная подготовка и дополнительные ограничения.

**Общий анализ крови**

Кровь сдается в утренние часы натощак (или в дневные и вечерние часы, спустя 4-5 часов после последнего приема пищи). За 1-2 дня до исследования исключить из рациона продукты с высоким содержанием жиров.

**Биохимический анализ крови ("биохимия"):**

За сутки до взятия крови на биохимию необходимо исключить прием алкоголя, за 1 час – курение. Взятие крови желательно производить натощак в утренние часы. Между последним приемом пищи и взятием крови должно пройти не менее 12 часов. Сок, чай, кофе, жевательная резинка не допускаются. Можно пить воду. Необходимо исключить повышенные психоэмоциональные и физические нагрузки.

**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**

Кровь необходимо сдавать после 12-14 часового голодания. 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, а утренний чай/кофе (даже несладкий) запрещен. Утренняя чашка кофе кардинально изменит показатели глюкозы. Также на них повлияют контрацептивы, мочегонные средства и другие лекарства.

**Глюкозотолерантный тест**

Проводится только при наличии предварительных результатов определения глюкозы натощак, без нагрузки. Содержание глюкозы в плазме крови определяют натощак и через 2 часа после нагрузки глюкозой.
Необходимо в течение трех дней до исследования соблюдать обычный режим питания (с содержанием углеводов > 125-150 г в сутки) и придерживаться привычных физических нагрузок. Исследование проводится утром натощак после ночного голодания в течение 10-14 часов (в это время нельзя курить и принимать алкоголь).
Во время проведения исследования пациент должен спокойно лежать или сидеть, не курить, не переохлаждаться и не заниматься физической работой.
Не рекомендуется проводить исследование после и во время стрессовых воздействий, после операций и родов, при воспалительных процессах, алкогольном циррозе печени, гепатитах, во время менструаций, при заболеваниях ЖКТ с нарушением всасывания глюкозы.
Перед проведением теста необходимо исключить лечебные процедуры и прием лекарств (адреналина, глюкокортикоидов, контрацептивов, кофеина, мочегонных тиазидного ряда, психотропных средств и антидепрессантов).

**Подготовка к исследованиям мочи**

Общие правила: ВНИМАНИЕ! Обязательно накануне исследования расходный материала (контейнер с переходником и пробирку) необходимо предварительно получить в любом лабораторном отделении

1. За 10-12 часов до исследования не рекомендуется употреблять: алкоголь, острую и соленую пищу, а также пищевые продукты, изменяющие цвет мочи (свекла, морковь)
2. По мере возможности исключить прием мочегонных препаратов
3. После проведения цистоскопии анализ мочи можно назначать не ранее, чем через 5-7 дней
4. Женщинам не рекомендуется сдавать анализ мочи во время менструации
5. Сбор мочи пациент проводит самостоятельно (исключение составляют дети и тяжелобольные)
6. Перед сдачей анализа произвести тщательный туалет наружных половых органов:
* у женщин – ватным тампоном, смоченным теплой мыльной водой, проводится туалет наружных половых органов (обработка половых губ движением тампона спереди и вниз); высушивается чистой салфеткой, предварительно проглаженной горячим утюгом.
* у мужчин – проводится туалет наружного отверстия мочеиспускательного канала теплой водой с мылом, затем промывается теплой водой и высушивается чистой салфеткой, предварительно проглаженной горячим утюгом.

**Общий анализ мочи**

1. Для общего анализа используют первую утреннюю порцию мочи (предыдущее мочеиспускание должно быть не позже 2-х часов ночи)
2. Перед сбором мочи проведите тщательный туалет наружных половых органов. Мужчинам при мочеиспускании полностью оттянуть кожную складку и освободить наружное отверстие мочеиспускательного канала. Женщинам раздвинуть половые губы. Открутите крышку контейнера и положите ее устройством для переноса мочи вверх
3. Внимание! Не трогайте руками стерильную соломинку или внутреннюю часть крышки
4. Спустите первую небольшую порцию мочи в туалет, а затем соберите среднюю порцию мочи в контейнер
5. Контейнер должен быть наполнен не более чем на ¾ от его объема. Минимальный — 30 мл, максимальный — 80 мл
6. Плотно закрутите крышку, осторожно придерживая за края. Перемешайте содержимое контейнера 3-5 раз, осторожно перевернув ее на 180°
7. Промаркируйте пробирки информацией о пациенте. Впишите Фамилию И.О. Внимание! Печатными буквами

 **Правила подготовки к УЗИ исследованиям:**

**Подготовка к УЗИ органов брюшной полости:**

1) За день до обследования исключить газообразующие продукты (молоко, капусту, чёрный хлеб, бобовые, свежие овощи и фрукты, сладкие блюда);

2) на ночь принять адсорбент (дозировка по назначению врача);

3)прийти на обследование **натощак: ничего не пить, не есть, не принимать лекарственные средства.**

4) Если назначено ультразвуковое исследование органов брюшной полости с водно-сифонной пробой, при себе необходимо иметь: 200 мл воды и соломку для коктейля.

5) Если назначено ультразвуковое исследование органов брюшной полости с определением функции желчного пузыря, при себе необходимо иметь: **желчегонный завтрак** (шоколадку или банан или сладкий чай).

6) При себе иметь пелёнку и салфетки.

**Подготовка к УЗИ почек и мочевого пузыря**

**1)**За день до обследования исключить газообразующие продукты **(**молоко, капусту, чёрный хлеб, бобовые, свежие овощи и фрукты, сладкие блюда**);**

**2)**на ночь выпить адсорбент (дозировка по назначению врача);

**3)**прийти на обследование **с наполненным мочевым пузырём** (за 1 час до обследования нужно выпить 500мл воды);

**4)**при себе иметь пелёнку и салфетки, воду - 1л.

**Подготовка к УЗИ МАЛОГО ТАЗА (трансабдоминальное)**

**1) Обследование проводится на 5-10 день менструального цикла (1-й день –это начало менструации).**

**2)**За день до обследования исключить газообразующие продукты **(**молоко, капусту, чёрный хлеб, бобовые, свежие овощи и фрукты, сладкие блюда**);**

**3)**на ночь выпить адсорбент (дозировка по назначению врача);

**4)**прийти на обследование **с наполненным мочевым пузырём** (за 1 час до обследования нужно выпить 500мл воды или сока);

**5)**при себе иметь пелёнку и салфетки, воду - 1л.

**Подготовка к УЗИ молочных желез**

Обследование проводится на 5-10 день менструального цикла (1-й день – это начало менструации).

При себе иметь пелёнку и салфетки.

**При выполнении одновременно УЗИ органов брюшной полости и УЗИ органов малого таза у девочек:**

1) прийти на обследование натощак**: ничего не пить, не есть, не принимать лекарственные средства.**

2) при себе иметь пелёнку и салфетки, воду - 1л.

 После проведения УЗИ органов брюшной полости наполнить мочевой пузырь (выпить 1 литр воды)!**До проведения УЗИ органов брюшной полости жидкость принимать нельзя!!!!**

**Соблюдение правил подготовки - это высокое качество обследования.**  При выполнении нейросонографии, УЗИ сердца, УЗИ щитовидной железы, УЗИ органов мошонки, УЗИ суставов, УЗИ глаза, УЗИ мягких тканей, УЗИ вилочковой железы, УЗИ периферических лимфоузлов специальной подготовки не требуется!