

Общие правила сдачи анализов.

Существуют общие правила для получения достоверных результатов анализов:

- исключите за 12 часов до предполагаемого исследования прием пищи, например, для сдачи анализов в 8.00 последний прием пищи должен быть не позднее 20.00 накануне;
- за день до похода в лабораторию исключите тяжелые физические нагрузки, откажитесь от похода в спортзал или в баню, прервите сеансы массажа (если уже начали) на два дня;
- не курите хотя бы за 2 часа до взятия анализов;
- за сутки до обследования исключите из рациона жирное, жареное и алкоголь. Если накануне состоялось застолье - перенесите лабораторное исследование на 1-2 дня;

для объективной оценки результатов исследований в динамике лучше сдавайте анализы в одной лаборатории.

Подготовка к сдаче анализа крови.

- Кровь не следует сдавать после рентгенографии, ректального исследования или физиотерапевтических процедур.
- Не принимайте никаких лекарственных препаратов (после – пожалуйста).
- Непосредственно перед забором крови успокойтесь, посидите перед кабинетом не менее 5 минут.
- Не жуйте жвачку, особенно при сдаче крови на сахар.
- Кровь на некоторые гормоны можно сдавать только до 10 утра (ТТГ, паратгормон).
- Накануне исследований на функцию щитовидной железы не употребляйте препараты йода и пищу с повышенным его содержанием (морская капуста), не пейте гормональные препараты.
- При сдаче анализов на половые гормоны, воздержитесь от любовных утех минимум на сутки, а также постарайтесь не возбуждаться, так как это влияет на результат, а в дальнейшем и на тактику лечения. Женщинам при взятии крови надо указывать день цикла (первый день цикла – начало менструации), так как в разное время уровень гормонов отличается (соблюдайте строго рекомендации гинеколога).

Подготовка к сдаче анализов мочи.

- Накануне сбора мочи надо отказаться от употребления соленого и кислого (может показать большое количество солей).
- Перед сдачей мочи необходимо вымыть половые органы с мылом, причем сделать это надо по направлению к анусу, а не от него. Женщинам лучше закрывать после подмывания вход во влагалище тампоном.

- Посуда для сбора анализа должна быть тщательно вымыта, а еще лучше, если вы ее прокипятите несколько минут. В некоторых лабораториях выдают специальную посуду для сбора, что очень удобно.
- Женщинам следует воздержаться от анализа мочи в период менструации (выявление эритроцитов в моче – сигнал серьезных заболеваний почек).
- Опорожнять мочевой пузырь для сдачи анализа следует с самого утра, а не с вечера.
- Первые несколько миллилитров мочи следует слить в унитаз, а все остальное естественно в емкость. Помочиться необходимо до полного опорожнения мочевого пузыря в одну посуду, потом можно перелить в меньшую, кроме анализа мочи по Нечипоренко, в котором на исследование берется средняя порция. Для анализа достаточно будет принести 50-100 мл мочи. За исключением некоторых специфических анализов мочи, где понадобится и трехлитровая банка.
- Интервал между сбором мочи и доставкой его до лаборатории должен быть минимальным, чтоб не вызвать разрушения элементов и клеток (достоверность результата).

Бактериологическое исследования.

Всегда **до начала приема антибиотиков!**

1. Мочи :

- руки вымыть с мылом и насухо вытереть;
- провести тщательный туалет наружных половых органов теплой водой без применения антисептиков и просушить салфеткой;
- открыть стерильный контейнер, не дотрагиваясь до внутренних его поверхностей;
- при мочеиспускании собрать в контейнер среднюю порцию мочи;
- плотно закрыть крышку контейнера со взятым образцом.

2. Мокроты :

- мокроту собирают натощак или через 2 часа после еды;
- почистить зубы и прополоскать рот кипяченой водой;
- открыть стерильный контейнер, не дотрагиваясь до внутренних его поверхностей;
- хорошо откашляться и собрать мокроту (не слюну!) в стерильный контейнер;
- плотно закрыть крышку контейнера со взятым образцом.

3. Слизь с миндалин и задней стенки глотки:

- исследование проводится натощак или через 2 часа после еды;
- не чистить зубы;
- забор материала осуществляет медицинский работник.