

Общие рекомендации по подготовке к медицинским обследованиям.

Маммографическое обследование

Для женщин репродуктивного возраста исследование желательно проводить в период с 6 по 11 день цикла.

Для женщин в менопаузе исследование можно проводить в любой удобный день

В день исследования не рекомендуется использовать дезодоранты на основе талька и мази на основе цинка.

С собой необходимо взять с собой результаты предыдущих обследований (УЗИ молочных желез, ММГ при наличии).

Как подготовиться к фиброгастродуоденоскопии

За 12 часов до ФГДС следует отказаться от пищи. Последний прием еды должен быть не позднее 18.00 (процедура проводится утром). Утром не завтракать!

Курящие должны прекратить курить за несколько часов до ФГДС, так как курение усиливает секрецию желудочного сока.

В кабинет явиться с полотенцем, амбулаторной картой, при наличии взять с собой предыдущие заключения ФГС .

Как подготовиться к колоноскопии.

За три дня до выполнения процедуры:

- Нельзя употреблять в пищу: зерновой хлеб, овсяное печенье, все продукты содержащие отруби или цельные зерна, каши (пшеничную, пшеничную, овсяную), фрукты, ягоды, варенье, содержащие косточки (семена), особенно мелкие (например киви, малина и др.), овощи с грубой и не переваривающейся кожицей (например помидоры, баклажаны др.), орехи, грибы;

- Рекомендуемая диета: курица, рыба, белый хлеб, блюда из картофеля без кожицы, макароны, сыр, масло, творог, йогурт, бульоны;

- Рекомендуется пить достаточное количество жидкости: в день – не менее 2-2,5 л (если у пациента нет заболеваний, при которых обильное питье противопоказано.) Это может быть питьевая негазированная вода, нежирные

бульоны, морсы, соки без мякоти, чай с сахаром или медом, компоты без ягод;

- Если пациент страдает запорами, необходимо ежедневно принимать слабительные препараты, которыми он пользуется (например, Форлакс)

За день до проведения колоноскопии:

- **утром** – легкий завтрак (чай с сахаром, хлеб белый)

- **в обед** - разрешены нежирные бульоны (без содержимого и хлеба), чай с сахаром или медом, воду, компот;

- дополнительно в течение дня до 15:00 рекомендуется пить достаточное количество жидкости (не менее 1,5 – 2 л) питьевую воду, морсы, соки без мякоти, чай с сахаром или медом, компоты без ягод.

Не рекомендуется пить молоко, кефир.

Прием **Фортранса** следует начать в 16:00, не раньше чем через 2 ч после «легкого» обеда (бульон, чай, сок)

- в 16:00 необходимо приготовить **раствор Фортранса** - для этого 1 пакет **препарата Фортранс** следует развести в 1 л питьевой воды комнатной температуры, для улучшения вкуса можно выжать ½ лимона, апельсина или грейпфрута. Приготовленный **раствор Фортранса** в течении часа (с 15:00 до 16:00) необходимо выпить. Принимать **Фортранс** следует небольшими порциями, в течение 1 часа (каждые 15 мин. по 1 стакану небольшими глотками). Выпить необходимо 3 литра раствора.

- при подготовке к исследованию препаратом **Фортранс** выполнение клизм и дополнительный прием слабительных не требуется!

Общие рекомендации для сдачи анализа крови на сахар

В течение 1 – 2 суток до сдачи анализа, важно отказаться от употребления спиртных напитков, фаст-фуда и жирной пищи.

Не нужно потреблять продукты, снижающие уровень сахара, необходимо есть обычную пищу, поскольку важно определить реальный уровень сахара в крови и оценить состояние человека.

Между ужином и моментом забора крови должно пройти не меньше 8, а лучше 12 часов. В этот период нельзя употреблять пищу, пить соки, газированные напитки. Разрешается пить только чистую воду без газа.

В течение 12 часов нельзя курить.

Следует воздержаться от физической работы, от занятий спортом и прочих нагрузок в течение дня перед проведением процедуры.

В случае приема каких-либо лекарственных средств, особенно для коррекции хронических заболеваний или лечения инфекций, важно предупредить об этом врача.

Накануне процедуры очень важно избегать стрессов, переживаний, не нервничать и не расстраиваться, поскольку эмоциональное состояние оказывает серьезное влияние на состав крови и может исказить полученные результаты.

При наличии инфекционных заболеваний следует передвинуть дату исследования на более поздний период, поскольку в такой ситуации результаты анализа будут иметь ложные показатели.

Общие рекомендации для сдачи анализа крови на ПСА (простатспецифический антиген)

ПСА (простатспецифический антиген) - Анализ крови на ПСА сдаётся из вены утром натощак. Не надо сдавать анализ крови на ПСА, если:

- в течение 10-14 дней до сдачи крови на ПСА были воздействия на простату (катетеризация мочевого пузыря, массаж простаты, цистоскопия);
- в течение 1 месяца проводилась биопсия простаты.

ПСА обычно используется как для скрининга (первичного выявления) рака простаты, так и для оценки эффективности проводимого лечения по поводу рака простаты у мужчин.

Общие рекомендации подготовки к сдаче анализа кала на скрытую кровь

За неделю до планируемой сдачи необходимо прекратить прием таких препаратов, как слабительные, висмут- и железосодержащие, противовоспалительные нестероидные средства. Запрещено использовать ацетилсалициловую кислоту и содержащие ее в своем составе медикаменты.

Необходимо отказаться от введения ректальных суппозиториев.

Перед анализом кала на скрытую кровь – за двое суток до сдачи – нужно исключить любые инструментальные обследования ЖКТ. В ходе исследования слизистая может быть случайным образом повреждена. Выделяющаяся кровь может спровоцировать ложноположительные результаты.

Питание должно полностью исключать продукты с высоким содержанием железа. Сбору кала должен предшествовать отказ: от яблок, огурцов, белой фасоли, шпината, хрена, цветной капусты, мясных и рыбных блюд, субпродуктов, овощей зеленого цвета.

Рекомендуемая диета в дни подготовки к сдаче кала

- картофель;
- хлеб
- молочные продукты
- каши (исключение – гречневая, овсяная, гороховая, ячневая)

Несоблюдение рекомендаций приведет к ошибке и повторному взятию кала на исследование либо назначению более серьезных анализов.