

Общие правила подготовки к сдаче анализов

В большом материале мы собрали для Вас главные правила подготовки к сдаче различных видов анализов: анализ крови, мочи, кала, микробиологические исследования и многие другие. Узнайте, как подготовиться себя и свой организм для получения достоверных результатов.

Общие правила подготовки к анализам крови

Во всех случаях перед сдачей крови рекомендуется придерживаться нескольких правил:

1. Кровь сдается в утренние часы натощак (или в дневные и вечерние часы, спустя 4-5 часов после последнего приема пищи). Показатели крови могут существенно меняться в течение дня, поэтому рекомендуется все анализы сдавать в утренние часы.
2. Не употреблять жирную пищу за несколько часов до сдачи анализа, желательно не есть в течение 4 часов — высокая концентрация жиров в крови может помешать любому исследованию.
3. Незадолго до взятия крови выпить 1–2 стакана обычной негазированной воды, это снизит вязкость крови, и взять достаточный для исследования объем биоматериала будет проще, кроме того, это снизит вероятность образования сгустков в пробирке.
4. По возможности отказаться от приема лекарств минимум за сутки до сдачи анализов.
5. При сдаче анализов на фоне приема лекарственных препаратов, необходимо указать этот факт в направлятельном бланке.
6. В день сдачи анализов рекомендуется не заниматься спортом.
7. В день сдачи анализов рекомендуется исключить повышенные эмоциональные нагрузки.
8. В день сдачи анализов рекомендуется за несколько минут перед взятием крови принять удобное положение (сесть), расслабиться, успокоиться.
9. Воздержаться от употребления алкоголя в течение 72 часов до сдачи анализа.
10. Не курить как минимум за 30 минут до взятия крови.
11. Уточнить оптимальные дни менструального цикла (или срок беременности) для сдачи крови на половые гормоны.
12. **ФСГ** – фолликулостимулирующий гормон. Сдача анализа женщиной на этот половой гормон должна производиться на 3-7-ой дни цикла. Чтобы определить возможность роста фолликула, ФСГ сдают на 5-8 дни цикла;
13. **ЛГ** – лютеинизирующий гормон. ЛГ у мужчин отвечает за повышение проницаемости семенных канальцев для тестостерона. ЛГ у женщин обеспечивает завершение созревания яйцеклетки в фолликуле и овуляция, секреция эстрогенов и образование желтого тела. Сдача анализа крови на ЛГ женщинам должна производиться на 3-8 дни цикла;
14. **Пролактин**. Если уровень пролактина повышен у мужчины, то этим может быть нарушена половая функция. У женщин пролактин принимает участие в процессе

овуляции, им стимулируется лактация в период после родов. Чтобы определить уровень этого гормона, анализ должен производиться в 1 и 2 фазу менструального цикла, сдача образца должна осуществляться только утром натощак. Перед забором крови пациенту рекомендуется провести 30 минут в состоянии покоя, поскольку пролактин представляет собой гормон стресса, вследствие чего небольшая физическая нагрузка или волнение способны оказать влияние на его уровень;

15. **Эстрадиол.** У женщин забор анализа может осуществляться в любую фазу менструального цикла. Эстрадиолом у женщин обеспечивается становление и регуляция менструальной функции, развитие яйцеклетки;
16. **Прогестерон.** Этот гормон ответственен за обеспечение окончательной подготовки слизистой оболочки матки к тому, чтобы прикрепился эмбрион. Прогестероном обеспечиваются оптимальные условия для того, что развивалась беременность. Сдача анализа предусмотрена на 19-21 дни менструального цикла;
17. **Тестостерон.** Проверка данного гормона у женщин может проводиться в любой день цикла. Если у мужчины понизилась его концентрация, то это влечет за собой снижение качества спермы и недостаточную мужскую силу;
18. **ДГЭА-сульфат.** Если концентрация гормона повышена у женщины, то это может быть причиной нарушения работы яичников и бесплодия. Проверка уровня гормона у женщины может производиться в любой день цикла.

Общие правила подготовки к анализам мочи

Анализ разовой порции мочи

В зависимости от необходимых лабораторных исследований для анализа может использоваться первая, средняя, третья (как правило, утренняя) или «разовая» (не зависящая от последовательности сбора) порция мочи. Моча для исследования собирается пациентом в стерильный пластиковый контейнер.

Для получения достоверных результатов рекомендуется соблюдать следующие условия:

1. Не рекомендуется употреблять накануне исследования (за 10–12 часов): алкоголь, острую, соленую пищу, пищевые продукты, изменяющие цвет мочи (например, свекла, морковь);
2. По мере возможности исключить прием мочегонных препаратов;
3. Перед сдачей анализа произвести тщательный туалет наружных половых органов;
4. Женщинам исследование рекомендуется производить до менструации или через 2 дня после ее окончания;
5. Способ диагностики урогенитальных инфекций по моче методом ПЦР подходит исключительно для мужчин, у женщин данный способ диагностики намного уступает по своей информативности исследованию урогенитального мазка и не используется.

Анализ суточной мочи

Суточная моча — это вся моча, собранная в течение 24 часов.

Суточная моча, чаще всего, собирается пациентом самостоятельно в домашних условиях с помощью специального набора для сбора и транспортировки образца суточной мочи. Перед началом сбора пациенту даются необходимые указания о порядке сбора и необходимых мероприятиях по подготовке к сдаче анализа.

Для получения достоверных результатов рекомендуется соблюдать следующие условия:

1. Не рекомендуется употреблять накануне исследования (за 10–12 часов): алкоголь, острую, соленую пищу, пищевые продукты, изменяющие цвет мочи (например, свекла, морковь).
2. По мере возможности исключить прием мочегонных препаратов.
3. Перед сдачей анализа произвести тщательный туалет наружных половых органов.
4. Женщинам исследование не рекомендуется производить во время менструации.

Общие правила подготовки к анализам кала

Для сбора и транспортировки кала пациенту выдается стерильный пластиковый контейнер с ложечкой. Контейнер может содержать питательную среду (пептон) или консервант, в зависимости от типа исследования. Выделение яиц гельминтов, а также цист простейших с калом напрямую зависит от жизненного цикла паразитов. По этой причине результаты исследования могут оказаться отрицательными даже в случае наличия заражения. Для наиболее достоверных результатов рекомендуется трехкратное исследование кала с интервалом в 3–7 дней.

Микробиологические исследования и исследования методом ПЦР

1. Исследование рекомендуется проводить до начала приема антибиотиков и других антибактериальных химиотерапевтических препаратов (если это невозможно, то не ранее, чем через 12 часов после отмены препарата).
2. Исключить прием слабительных препаратов, введение ректальных свечей, масел, ограничить прием медикаментов, влияющих на перистальтику кишечника (белладонна, пилокарпин и др.), и препаратов, влияющих на окраску кала (железо, висмут, серноокислый барий) в течение 72 часов до сбора кала.
3. Материал, полученный после клизмы, после приема рентгеноконтрастных веществ (бария при рентгеновском обследовании) непригоден для исследования.

Общеклинические и антигенные исследования

1. Исключить прием слабительных препаратов, введение ректальных свечей, масел, ограничить прием медикаментов, влияющих на перистальтику кишечника (белладонна, пилокарпин и др.), и препаратов, влияющих на окраску кала (железо, висмут, серноокислый барий) в течение 72 часов до сбора кала.

2. Исследование проводить перед выполнением ректороманоскопии и других диагностических манипуляций в области кишечника и желудка.
3. Для исследования кала на скрытую кровь исключить из рациона мясо, рыбу, зеленые овощи, томаты в течение 72 часов до исследования.

Урогенитальный мазок из уретры у мужчин

1. В течение 2 недель до исследования исключить местное применение антисептиков и/или антибактериальных и противогрибковых препаратов.
2. В течение 3 часов до исследования удержаться от мочеиспусканий, не проводить туалет наружных половых органов.
3. Рекомендовано проводить анализ урогенитального мазка у мужчины не ранее, чем через 2 недели после приема антибактериальных препаратов.
4. У мужчин при наличии выделений из уретры поверхность головки и область наружного отверстия уретры должны быть очищены с помощью марлевого тампона и крайняя плоть отведена назад для предупреждения контаминации.

Мазок из урогенитального тракта у женщин

1. Исследование следует проводить перед менструацией или через 1–2 дня после ее окончания.
2. Накануне обследования не следует проводить спринцевание, туалет наружных половых органов с применением средств интимной гигиены.
3. Материал берется до проведения мануального исследования.

Общие правила подготовки к анализу на энтеробиоз

1. Для исследования используется мазок-отпечаток с перианальной области. Взятие биоматериала для исследования производится медицинской сестрой.
2. Сбор биоматериала производится только утром, до 10.00 часов.
3. Утром накануне забора биоматериала не проводить туалет кожных покровов в области ануса и ягодиц.

Общие правила подготовки к анализам мокроты

1. Мокрота собирается пациентом самостоятельно посредством глубокого откашливания.
2. Сбор мокроты рекомендуется проводить в утренние часы.
3. Перед сбором мокроты рекомендуется почистить зубы, прополоскать рот и горло кипяченой водой.
4. Мазки (соскобы) с поверхности шейки матки (наружного маточного зева) и цервикального канала на атопию.
5. Мазки желательно брать не ранее чем на 5-й день менструального цикла и не позднее чем за 5 дней до предполагаемого начала менструации.
6. Нельзя получать мазки в течение 24 часов после полового контакта, использования лубрикантов, раствора уксуса или Люголя, тампонов или спермицидов, спринцевания, введения во влагалище медикаментов, свечей, кремов, в том числе гелей для выполнения ультразвукового исследования.
7. При острой инфекции желательно получать материал в целях

обследования и выявления этиологического агента; после лечения, но не ранее чем через 2 месяца, необходим цитологический контроль.

Общие правила подготовки к анализам волос

Волосы с головы — наиболее предпочтительный биоматериал для исследования. Волосы с других участков тела следует использовать только при отсутствии волос на голове.

1. Прекратить использование лечебных средств для волос за 2 недели до сдачи волос на анализ. Окрашенные, обесцвеченные, подвергнутые химической завивке волосы непригодны для исследования. Необходимо дождаться, когда волосы отрастут в количестве, достаточном для сбора образца волос.
2. Волосы должны быть чистыми и сухими (желательно вымыть волосы не позднее, чем за сутки до сбора волос). Перед исследованием не допускается нанесение на волосы любых косметических или лечебных средств (кремов, масел, гелей и т. д.).
3. Исключить профессиональный контакт волос с внешними загрязнениями (сварка, горнодобывающая промышленность) между мытьем головы и процедурой сбора волос.
4. Перед процедурой сбора волос тщательно вымыть и высушить руки, а также ножницы.