

# **Правила подготовки к диагностическим исследованиям**

## **Электрокардиография**

В день исследования исключить физическое и эмоциональное перенапряжение, спортивные тренировки.

За 12 часов до исследования исключить прием психостимуляторов, адаптогенов, общетонизирующих средств.

За 6 часов до исследования прекратить употребление кофе, крепкого чая, тонизирующих напитков.

Если вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом лечащего врача и получите рекомендации о приеме лекарств в день исследования.

Если вы курите, за 2 часа до исследования воздержитесь от этой вредной привычки.

## **Анализ крови**

Основные факторы, которые могут повлиять на результат:

Лекарства: влияние лекарственных препаратов на результаты лабораторных тестов разноплановое и не всегда предсказуемое

Прием пищи: возможно как прямое влияние за счет всасывания компонентов пищи, так и косвенное- сдвиги уровня гормонов в ответ на прием пищи, влияние мутности пробы, связанной с повышенным содержанием жировых частиц

Физические и эмоциональные перегрузки: вызывают гормональные и биохимические перестройки

Алкоголь: оказывает острые и хронические эффекты на многие процессы метаболизма

Курение: изменяет секрецию некоторых биологических активных веществ

Физиопроцедуры, инструментальные обследования: могут вызывать временное изменение некоторых лабораторных параметров

Фаза менструального цикла у женщин: значима для ряда гормональных исследований, перед исследованием следует уточнить у врача оптимальные дни для взятия пробы для определения уровня ФСГ, ЛГ, пролактина, прогестерона, эстрадиола, 17-ОН-прогестерона.

Время суток при взятии крови: существуют суточные ритмы активности человека и соответственно, суточные колебания многих гормональных и биохимических параметров, выраженные в большей или меньшей степени для разных показателей; референсные значения- границы «нормы» - обычно отражают статистические данные, полученные в стандартных условиях, при взятии крови в утреннее время.

Общие правила при подготовке к исследованию:

- по возможности, рекомендуется сдавать кровь утром, в период с 8 до 11 часов, натощак (не менее 8 часов и не более 14 часов голода, питье-вода, в обычном режиме), накануне избегать пищевых перегрузок.
- если вы принимаете какие-то лекарственные препараты, следует проконсультироваться с врачом по поводу целесообразности проведения исследования на фоне приема препаратов или возможности отмены приема перед исследованием, длительность отмены определяется периодом выведения препарата из крови.
- алкоголь-исключить прием алкоголя накануне исследования
- курение- не курить минимально в течение 1 часа до исследования
- исключить физические и эмоциональные стрессы накануне исследования
- после прихода в лабораторию отдохнуть (лучше -посидеть) 10-20 минут перед взятием проб крови
- нежелательно сдавать кровь для лабораторного исследования вскоре после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования и других медицинских

процедур. После некоторых медицинских процедур (например, биопсия предстательной железы перед исследованием ПСА) следует отложить лабораторное обследование на несколько дней

- при контроле лабораторных показателей в динамике рекомендуется проводить повторные исследования в одинаковых условиях: в одной лаборатории, сдавать кровь в одинаковое время суток и т.д.

- для ряда тестов есть специальные условия подготовки к исследованию

Минимальные требования: тесты на инфекции, экстренные исследования-желательно проводить натощак (4-6 часов)

Пищевой режим, специальные требования: строго натощак, после 12-14 часового голодания, следует сдавать кровь для определения параметров липидного профиля (холестерин, ЛПНП, ЛПВП, триглицериды); глюкозотолерантный тест выполняется утром натощак после не менее 12-ти, но не более 16-ти часового голодания

При выполнении исследований на наличие инфекций следует учитывать, что в зависимости от периода инфицирования и состояния иммунной системы у любого пациента может быть отрицательный результат, но он полностью не исключает наличие инфекции.

**ВАЖНО!** В разных лабораториях могут применяться разные методы исследования и единицы измерения. Чтобы оценка ваших результатов была корректной и была приемлемость результатов, проводите исследования в одной и той же лаборатории, в одно и то же время. Сравнение таких исследований будет более корректным.

## **Ультразвуковое исследование**

### УЗИ органов брюшной полости

За 2-3 дня обследования рекомендуется перейти на бесшлаковую диету, исключить из рациона продукты, усиливающие газообразование в кишечнике (сырые овощи, богатые растительной клетчаткой, цельное молоко, кисломолочные продукты, черный хлеб, бобовые,

газированные напитки, а так же высококалорийные кондитерские изделия-пирожные, торты)

Целесообразно, в течение этого промежутка времени, принимать ферментные препараты и энтеросорбенты (например, фестал, мезим-форте, активированный уголь или эспумизан по 1 таблетке 3 раза в день), которые помогут уменьшить проявления метеоризма

УЗИ органов брюшной полости необходимо проводить натощак (не есть, не пить), если исследование невозможно провести утром, допускается легкий завтрак. Не рекомендуется курить до исследования

Если вы принимаете лекарственные средства, предупредите об этом врача УЗИ. Нельзя проводить исследование после гастро- и колоноскопии

#### УЗИ органов малого таза

УЗИ предстательной железы проводится двумя методами:

- трансабдоминальный- исследование проводится при полном мочевом пузыре, поэтому необходимо не мочиться до исследования в течение 3-4 часов и выпить 1 л негазированной жидкости за 1 час до процедуры

- трансректально (ТРУЗИ) – данный метод должен быть основным при обследовании предстательной железы. Для ТРУЗИ наполнения мочевого пузыря не требуется. Накануне исследования необходима очистительная клизма.

#### УЗИ мочевого пузыря

Исследование у мужчин и женщин проводится при полном мочевом пузыре, поэтому необходимо не мочиться до исследования в течение 3-4 часов выпить 1 л негазированной жидкости за 1 час до процедуры

#### УЗИ молочных желез

Исследование молочных желез желательно проводить на 5-7 день менструального цикла

Не требуют специальной подготовки

УЗИ щитовидной железы

УЗИ почек (если человек имеет большую массу тела или необходимо провести ультразвуковое исследование надпочечников, готовиться как на УЗИ органов брюшной полости)