

## Как подготовиться к медицинским исследованиям

### ЭКГ как подготовиться

Вопреки мнению кардиологов, принято считать, что ЭКГ не требует особой подготовки. Исследование работы сердечной мышцы предполагает избегание стресса, усталости, и требует полного покоя. В день проведения процедуры необходимо хорошо выспаться, и проигнорировать утренние упражнения. Если процедура назначена на утреннее время, то следует избежать плотного завтрака, а лучше совсем от него отказаться. При предстоящей дневной процедуре следует ограничиться легким перекусом за 2 часа до сеанса.

Не забудьте сократить количество употребления жидкости, влияющей на работу мышцы. Откажитесь от кофе, чая и других энергетических напитков. Они поспособствуют стимулированию сердечной активности, и результаты будут искажены.

Желательно принять душ. На тело не нужно наносить средства по уходу, потому как составляющие кремов и лосьонов, поспособствуют образованию жирной пленки на поверхности, что отрицательно скажется на контакте электродов с кожей.

Непосредственно перед тем, как провести ЭКГ, постарайтесь максимально расслабиться. Посидите с закрытыми глазами, восстановите дыхание – это обеспечит ровный пульс и объективные показания прибора.

### Подготовка к УЗИ:

1. За 3 дня до исследования исключить из рациона: черный хлеб, молочные продукты, горох, фасоль, свежие овощи и фрукты, сладкие блюда.
2. Накануне исследования принимать Экпумизан - по 2 капсулы 2 раза в день, вечером - 5 капсул, утром в день исследования 5 капсул.
3. На исследование прийти натощак, при себе иметь полотенце, направление, амбулаторную карту.

Соблюдение правил подготовки - это высокое качество исследования!

УЗИ щитовидной железы, лимфатических узлов и почек - не требуют специальной подготовки пациента.

Пациенту с собой необходимо иметь:

- данные предыдущих исследований УЗИ (для определения динамики заболевания);
- направление на УЗИ исследование (цель исследования, наличие сопутствующих заболеваний...);
- большое полотенце или пеленку.

### Подготовка к флюорографическому исследованию:

1. Наличие направления на исследование
2. Наличие паспорта
3. Т.к. это исследование грудной клетки, то необходимо снять все украшения
4. Для прохождения с мед. книжкой при себе иметь паспорт, мед. книжка и амбулаторная карта

### Подготовка к рентгенографии поясничного отдела позвоночника

1. за три дня до исследования исключить из рациона: черный хлеб, молоко, горох, фасоль, капусту, свежие овощи, фрукты и сладкие блюда;
2. накануне исследования не позднее 18-00- легкий ужин, затем постановка 2-х очистительных клизм в 19-00 и 21-00;
3. в день исследования - еще одна очистительная клизма за 2 часа до исследования;
4. прийти натощак (не есть, не пить).

### Подготовка к фиброгастродуоденоскопии

В день исследования строго не принимать пищу, не пить. Последний прием пищи накануне не позже 18.00.

При себе иметь:

1. направление;
2. страховой полис;
3. амбулаторную карту;

### Подготовка к ирригоскопии

1. за три дня до исследования исключить из рациона: черный хлеб, молоко, горох, фасоль, капусту, свежие овощи, фрукты и сладкие блюда;
2. накануне исследования не позднее 18-00- легкий ужин, затем постановка 2-х очистительных клизм в 19-00 и 21-00;
3. в день исследования - еще одна очистительная клизма за 2 часа до исследования;
4. прийти натощак (не есть, не пить).

## Общие правила подготовки к лабораторным исследованиям

### Кровь:

- Кровь для выполнения лабораторных исследований рекомендуется сдавать утром, натощак, после 8-12 часового голодания. Если нет возможности прийти в лабораторию в утренние часы, кровь на большинство исследований можно сдать в течение дня.
- Для сдачи крови на общий анализ необходим минимум часовой интервал между последним приемом пищи, для исследования методом ПЦР — 3х-часовой интервал между последним приемом пищи.
- Требование "натощак" является обязательным для следующих исследований: глюкоза, липидограмма (холестерин, триглицериды, ЛПВП, ЛПНП), электролиты, исследования системы гемостаза (агрегация тромбоцитов, гемостазиограмма, Д-Димер, волчаночный антикоагулянт), иммунологические исследования (иммунограмма, иммуноглобулины, компоненты комплемента, ЦИК), паратиреоидный гормон, гомоцистеин.
- Желательно за 1-2 дня придерживаться стандартной диеты, исключить алкоголь. Накануне исследования исключить физические и эмоциональные перегрузки.
- Исследование крови проводят до или через несколько дней после медицинских манипуляций (рентгенография, рентгеноконтрастные методы исследования, мануальные исследования, физиотерапевтические процедуры и т.п.), до начала приема лекарственных препаратов (антибактериальных, химиотерапевтических и т.п.) или не ранее 10 дней после их отмены.
- Для исследований, проводимых на фоне лечения для контроля терапии (противосудорожные препараты, антикоагулянты и т.п.), обязательным является указание сведений о приеме препарата.
- При оценке гормонального статуса у женщин репродуктивного возраста необходимо уточнить у лечащего врача необходимые сроки обследования. Если нет особых указаний врача, эти исследования проводят на 1-3 день / 19-21 день менструального цикла (при 28-дневном цикле).

### Моча:

Сбор осуществляется в домашних условиях, для сбора и транспортировки мочи необходимо использовать только стерильный одноразовый контейнер.

- Перед сбором мочи для клинического анализа и бактериологического исследования необходим тщательный туалет наружных половых органов. На исследование собирается утренняя порция мочи, выделенная сразу после сна.
- Перед сбором мочи для анализа по Нечипоренко необходим тщательный туалет наружных половых органов. На исследование собирается средняя порция утренней мочи, выделенной сразу после сна.
- Сбор суточной мочи производят в течение 24 часов в чистую сухую емкость. Первую утреннюю порцию исключают, сбор мочи начинают со второго мочеиспускания. По окончании сбора необходимо точно измерить объем собранной мочи, записать данную информацию, обязательно перемешать мочу и сразу же отлить около 10 мл на исследование в одноразовый пластиковый контейнер. Во время сбора моча должна храниться в прохладном месте, доставлена в день окончания сбора.

- Для проведения исследования на ванилилминдальную кислоту перед проведением исследования необходимо получить в лаборатории емкость с консервантом и собрать суточную мочу.
- Для исследования на специфические инфекционные заболевания методом ПЦР моча собирается без предварительного туалета наружных половых органов.

Кал:

Сбор осуществляется в домашних условиях, для сбора и транспортировки кала необходимо использовать только стерильный одноразовый контейнер с заборной ложкой.

- Кал на исследование собирается после естественной дефекации, без резких изменений в режиме питания накануне исследования и приема алкоголя, до инструментальных методов исследования и лечения антимикробными и химиотерапевтическими препаратами, либо не ранее, чем через 10-14 дней после их отмены на чистое подкладное судно (можно использовать чистый полиэтиленовый пакет, чистый лист бумаги, откуда заборной ложкой переносится в стерильный контейнер).
- Перед сбором кала на дисбактериоз необходимо за 3 дня исключить употребление в пищу продуктов питания и препаратов, содержащих бифидо- и лактобактерии (обогащенные молочные продукты, йогурты и т.п.)
- Исследование кала на скрытую кровь проводят не ранее, чем через 2 недели после инструментальных методов обследования, для повышения качества диагностики материал необходимо отобрать из трех мест всего объема испражнений.
- Для исследования физико-химических свойств кала (копрограмма) не подлежит исследованию клинический материал после клизмы и использования препаратов, влияющих на перистальтику, после приема касторового или вазелинового масла, после введения свечей, препаратов, влияющих на окраску кала (железо, висмут, сернокислый барий).
- Перед сбором кала на углеводы пациент должен получать обычное количество молочных продуктов в питании. Недопустим сбор кала с тканевого подгузника либо памперса, т.к. происходит впитывание в поверхность жидкой части кала, содержащей растворенные углеводы. Исследование проводится для детей до года, исследованию подлежит только жидкий кал.