

Как правильно подготовиться к лабораторным исследованиям

Своевременная и точная диагностика различных заболеваний невозможна без лабораторных исследований. Лабораторный анализ подсказывает направление для поиска причины патологии. Поэтому правильная подготовка к сдаче анализов в современной лаборатории – это путь к точному диагнозу. Существует несколько типов анализов, и к каждому из них нужно готовиться по-своему.

1. **Натощак** (между последним приемом пищи и взятием крови должно пройти не менее 8 часов) сдаются **биохимические** (глюкоза, ферменты, билирубин и др.), **серологические тесты** (сифилис, гепатит В, С, ВИЧ), **гормоны** (ТТГ, ФСГ и др.). Утром можно пить воду, соки, чай без сахара. Еду перед сдачей крови употреблять нельзя.
2. Если у пациента нет возможности прийти в лабораторию утром, **кровь можно сдать после 4-6 часов голодания, исключив в утренние часы жирную пищу.**
3. **Строго натощак** (после 12-часового голодания) следует сдавать параметры **липидного профиля** (холестерин, триглицериды, ЛПВП, ЛПНП).
4. **Общий анализ крови (ОАК)** можно сдавать не раньше, чем через час после легкого завтрака (несладкий чай, каша без масла, яблоко).
5. Если накануне состоялось застолье – перенесите лабораторные исследования на 1-2 дня. За час до взятия крови воздержитесь от курения.
6. Многие параметры крови подвержены суточным колебаниям. Поэтому на ряд гормонов (ТТГ, паратгормон, кортизол, пролактин и др.) и на железо кровь следует сдавать строго до 10 часов утра.
7. На параметры венозной крови влияют следующие факторы:
 - физическое напряжение (бег, подъем по лестнице), эмоциональное возбуждение (рекомендуется перед процедурой отдохнуть 10-15 минут, успокоиться);
 - прием лекарственных препаратов (при сдаче крови рекомендуется предупредить мед.персонал);
 - диагностические и лечебные процедуры (рентгенография, ректальное исследование, физиопроцедуры);
 - стадия менструального цикла для женщин репродуктивного возраста. Поэтому при подготовке к обследованию на гормоны ФСГ, ЛГ, пролактин, прогестерон, эстрадиол следует **указывать фазу цикла.**
8. **Общий анализ мочи (ОАМ)** и по Нечипоренко: утром после туалета наружных половых органов в одноразовую емкость собирается средняя порция мочи в количестве 100 мл.
9. Параметры **суточной мочи** (кальций, фосфор, креатинин, белок и др.): в течение суток в большую емкость собирается вся моча. Утром содержимое

перемешивается. В лабораторию доставляется 100 мл мочи с указанием общего объема за сутки (суточный диурез).

10. При выполнении исследований на **наличие инфекции** следует учитывать, что результат зависит от стадии инфицирования и состояния иммунной системы пациента. Поэтому отрицательный результат полностью не исключает инфекции. В сомнительных случаях рекомендуется провести повторный анализ.

11. При определении уровня **онкомаркеров** в крови следует учитывать, что их интерпретация возможна только в комбинации с другими диагностическими методами. Требуются также и врачебный осмотр для постановки окончательного диагноза.

12. При исследовании параметров **коагулограммы** (ПТИ, МНО, АЧТВ, ТВ, РФМК и др.) исследуют плазму, полученную из венозной крови с антикоагулянтом (3,8% раствор лимоннокислого натрия). Кровь берется натощак.

Для контроля за лечением антикоагулянтами непрямого действия (определение ПТИ и МНО), может быть использована капиллярная кровь (из пальца); определение этого параметра можно проводить после легкого завтрака.

13. В разных лабораториях могут применяться разные методы исследования и единицы измерения. При мониторинге течения заболевания, эффективности лечения назначенными препаратами, чтобы была преемственность в ваших результатах, **рекомендуется проводить исследования в одной и той же лаборатории. Сравнение таких исследований будет более корректным.**