

## Правила подготовки к сдаче анализов

**Строго натощак** (не менее 12 часов после последнего приема пищи, прием воды на показатели крови не влияют) сдают биохимические анализы (глюкоза, холестерол, триглицериды, АлАТ, АсАТ и др.)

**3-5 часов голодания** необходимы для следующих анализов:

- общий анализ крови;
- исследование системы гемостаза (АЧТВ, протромбин, фибриноген и др.);
- исследование антител к вирусам, микробам, гельминтам
- гормоны;
- онкомаркеры.

**В утренние часы**, так как показатели крови могут меняться в течение дня.

**Физических нагрузок, приема алкоголя, жирной пищи** - за 1 день до сдачи крови избегать.

**Воздержаться от курения** за 2 часа до сдачи крови.

**Прием лекарственных препаратов** по возможности прекратить за 1 день до сдачи крови (при невозможности отмены лекарств сообщить при сдаче крови).

При лабораторных исследованиях **гормонов** (ФСГ, ЛГ, пролактин, эстриол, эстрадиол, прогестерон) кровь следует сдавать только в тот день менструального цикла, который был назначен врачом. Анализы не следует сдавать сразу после рентгенологического, ультразвукового исследования, массажа, рефлексотерапии или физиотерапевтических процедур.

Для определения **холестерина, липопротеидов** кровь берут после 12-14 часового голодания. За две недели до исследования необходимо отменить препараты, понижающие уровень липидов в крови.

Для определения уровня **мочевой кислоты** в предшествующие исследованию дни необходимо соблюдать диету: отказаться от употребления в пищу богатой пуринами пищи – печени, почек, максимально ограничить в рационе мясо, рыбу, кофе, чай. Противопоказаны интенсивные физические нагрузки.

**На гормональные исследования.** Сдача крови проводится натощак (желательно в утренние часы; при отсутствии такой возможности – спустя 4-5 ч. После последнего приема пищи в дневные и вечерние часы). Накануне сдачи анализов из рациона следует исключить продукты с высоким содержанием жиров, последний прием пищи не делать обильным.

Кровь **на инсулин и С-пептид** сдается строго натощак в утренние часы.

Гормоны щитовидной железы, инсулин, С-пептид сдаются независимо от дня цикла.

Перед сдачей крови на **стрессовые гормоны** (АКТГ, кортизол) необходимо успокоиться, при сдаче крови отвлечься и расслабиться, так как любой стресс вызывает немотивированный выброс этих гормонов в кровь, что повлечет увеличение данного показателя.

**Длительное голодание** перед сдачей крови (более 9-10 часов) нежелательно, это может вызвать стрессорную реакцию: увеличение в крови глюкозы, кортизола, нейтральных жиров.

**На наличие инфекций.** Требования к сдаче крови при исследовании: кровь сдается натощак (желательно в утренние часы; при отсутствии такой возможности – спустя 4-5 ч. после последнего приема пищи в дневные и вечерние часы). Накануне сдачи анализов из рациона следует исключить продукты с высоким содержанием жиров, последний прием пищи не делать обильным. Результаты исследований на наличие инфекций зависят от периода инфицирования и состояния иммунной системы.

**На гемостаз.** Перед сдачей крови на необходимо информировать врача о приеме противосвертывающих лекарств.

**Соблюдение правил подготовки к исследованию играет важнейшую роль в получении достоверных результатов исследования.**