**Инструкция сдачи крови из вены**

 **на биохимические анализы**

1

Исключите из рациона жареную, жирную и острую пищу за несколько дней до сдачи анализа. Воздержитесь от приема даже слабых алкогольных напитков, так как они, пусть и незначительно, но меняют качественный состав крови.

2

Сдавайте кровь натощак или выдержав хотя бы два часа после еды. Прием пищи способствует повышению уровня лейкоцитов, следовательно, результат анализа, сданного на сытый желудок, будет недостоверным. Перед исследованием не пейте ничего, кроме воды. Любые другие напитки, как и еда, меняют состав крови.

3

Откажитесь от курения за несколько часов до визита в лабораторию.

4

Не сдавайте кровь ранее, чем через 12 часов после проведения ректального исследования, физиолечения, рентгенографии.

5

Избегайте физических нагрузок накануне сдачи анализа. Эмоциональные стрессы также противопоказаны.

6

Не сдавайте кровь сразу после прибытия в лабораторию. Присядьте, успокойтесь, отдохните минут 15. Чем тяжелее была дорога (общественный транспорт, быстрый шаг, подъем по лестнице), тем больше нужно времени, чтобы качественный и количественный состав крови пришел в норму.

7

Сдавайте кровь до начала лечения. Прием медикаментозных средств (гормональных препаратов, антибиотиков, болеутоляющих и других лекарств) влияет на достоверность результатов анализа. Если терапия уже начата и не может быть прервана, выясните у врача, за какой срок выводится из крови то или иное лекарство. То же относится и к биологически активным добавкам.

8

Если вы сдаете клинический анализ крови в динамике, обратитесь в ту же лабораторию, где уже было проведено исследование. В разных местах могут быть разные референсные значения, часто отличаются методы подсчета клеток, используются различные аппараты. В результате этого может получиться большая погрешность при сравнении результатов.

**Анализы, которые рекомендуется сдавать «натощак»:**

- биохимические - глюкоза, холестерол, билирубин и др. - серологические тесты - сифилис, гепатит В и др. "Натощак" - это когда между последним приемом пищи и взятием крови проходит не менее 8 ч (желательно - не менее 12 ч). Сок, чай, кофе, тем более с сахаром, не допускаются. Можно пить воду.

Строго натощак:

После 12-часового голодания (ночной сон) следует сдавать кровь для определения параметров липидного профиля: холестерол, ЛПВП, ЛПНП, триглицериды.

**Инструкция сдачи общего анализа крови**

Рекомендуется:

При сдаче общего анализа крови, последний прием пищи должен быть не позже, чем за 1 час до сдачи крови. Завтрак может состоять из несладкого чая, несладкой каши без масла и молока, яблока. Желательно за 1 - 2 дня до обследования исключить из рациона жирное, жареное и алкоголь. Если накануне состоялось застолье - перенесите лабораторное исследование на 1 - 2 дня. За час до взятия крови воздержитесь от курения.

Кровь на анализ сдают до начала приема лекарственных препаратов (например, антибактериальных и химиотерапевтических) или не ранее чем через 10 - 14 дней после их отмены. Исключение составляют случаи, когда хотят исследовать концентрацию лекарств в крови (например, вальпроевой кислоты, антиконвульсантов). Если Вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом лечащего врача.

Кровь не следует сдавать после рентгенографии, ректального исследования или физиотерапевтических процедур.

При гормональных исследованиях у женщин репродуктивного возраста (примерно с 12 - 13 лет и до наступления климактерического периода) на результаты влияют физиологические факторы, связанные со стадией менструального цикла. Поэтому при подготовке к обследованию на гормоны ФСГ, ЛГ, пролактин, эстриол, эстрадиол, прогестерон следует указать фазу цикла. При проведении исследования на половые гормоны строго придерживайтесь рекомендаций Вашего лечащего врача о дне менструального цикла, в который необходимо сдать кровь.

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, тем не менее, отрицательный результат полностью не исключает инфекции. В сомнительных случаях рекомендуется провести повторный анализ.

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.

**Условия, соблюдение которых обязательно:**

• не допускается замораживание;

• не допускается длительное хранение (более 5 - 6 часов);

• не пригодны никакие транспортные среды, кроме указанной;

• не допускается неплотно закрытый контейнер;

• не подлежит исследованию биоматериал, собранный накануне

**Памятка пациента к процедуре сбора мочи на исследования**

* Перед сдачей анализа не стоит употреблять овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи (свекла, морковь и пр.), не принимать диуретики. Перед сбором мочи надо произвести тщательный гигиенический туалет половых органов. Женщинам не рекомендуется сдавать анализ мочи во время менструации.
* Соберите примерно 50 мл утренней мочи в контейнер. Для правильного проведения исследования при первом утреннем мочеиспускании небольшое количество мочи (первые 1 - 2 сек.) выпустить в унитаз, а затем, не прерывая мочеиспускания, подставить контейнер для сбора мочи, в который собрать приблизительно 50 мл мочи. Сразу после сбора мочи плотно закройте контейнер завинчивающейся крышкой.
* На контейнере необходимо указать Вашу фамилию, инициалы, дату рождения, дату и время сбора материала, запись должна быть сделана разборчивым почерком. В направительном бланке обязательно должен быть указан диагноз и дата начала заболевания, сведения о приеме антибиотиков. При взятии материала необходимо соблюдать стерильность.

**Спермограмма**

Спермограмма - это полный развёрнутый анализ спермы, дающий возможность оценить способность мужчины к оплодотворению. Необходимо подчеркнуть, что индивидуальные колебания показателей спермограммы, влияющие на способность спермы к оплодотворению очень велики. Часто кажется невероятным, чтобы при столь низких показателях спермограммы от данного мужчины наступила беременность. Но практика показывает, что это бывает.

**Как сдавать спермограмму**

Чтобы показатели спермограммы были наиболее объективными, необходимо в течение трех-четырех дней до сдачи анализа на спермограмму воздерживаться от половой жизни. В период подготовки к исследованию спермограммы нельзя принимать алкоголь, даже пиво. Исказить спермограмму может и прием лекарств. За три-четыре дня до спермограммы нельзя перегреваться, париться в бане, принимать ванну (только теплый душ). Исследование спермограммы проводится не позднее 40 минут с момента получения спермы. Нельзя получать сперму для анализа в презерватив. Делать это нужно только в лабораторную посуду. Поскольку контакт с резиной и веществами, которыми обрабатывается презерватив, снижает подвижность сперматозоидов. Для исследования спермограммы важно получить все порции эякулята (выделенной спермы) полностью. И последнее - необходимо минимум три раза сделать спермограмму с интервалом в две недели, чтобы достоверно судить об оплодотворяющей способности спермы.

Заключение о фертильности (оплодотворяющей способности) спермы делается на основании лучшей спермограммы.

**Правила сбора кала**

Материал (кал) на кишечный дисбактериоз собирается до начала лечения антибактериальными и химиотерапевтическими препаратами. Для исследования собирают свежевыделенный кал. За 3 - 4 дня до исследования необходимо отменить прием слабительных препаратов, касторового и вазелинового масла, прекратить введение ректальных свечей. Кал, полученный после клизмы, а также после приема бария (при рентгеновском обследовании) для исследования не используется.

До сбора анализа помочитесь в унитаз, далее путем естественной дефекации в подкладное судно соберите испражнения (следить, чтобы не попала моча). Подкладное судно предварительно обрабатывается любым дезинфицирующим средством, тщательно промывается проточной водой несколько раз и ополаскивается кипятком.

Материал доставляется в лабораторию в течение 3 часов с момента сбора анализа. Желательно в течение указанного времени материал хранить в холоде (для этого можно использовать хладопакет или обложить контейнер кубиками льда, приготовленными заранее), кроме исследования на дисбактериоз.

На контейнере необходимо указать Вашу фамилию, инициалы, дату рождения, дату и время сбора материала, запись должна быть сделана разборчивым почерком. В направительном бланке обязательно должен быть указан диагноз и дата начала заболевания, сведения о приеме антибиотиков. При взятии материала необходимо соблюдать стерильность.

Сбор материала на исследование должен осуществляться до назначения антибиотиков (если невозможно, то только через 12 часов после отмены препарата).

 ***Сбор суточной мочи для биохимического анализа***

* Собирается моча за сутки. Первая утренняя порция мочи удаляется. Все последующие порции мочи, выделенные в течение дня, ночи и утренняя порция следующего дня собираются в одну емкость, которая хранится в холодильнике (+4 - +8) в течение всего времени сбора (это необходимое условие, так как при комнатной температуре существенно снижается содержание глюкозы). После завершения сбора мочи содержимое емкости точно измерить, обязательно перемешать и сразу же отлить в небольшую баночку (не больше 50 мл).Всю мочу сохранять не надо. На направительном бланке нужно указать суточный объем мочи (диурез) в миллилитрах, например: "Диурез 1250 мл", напишите также рост и вес пациента.
* До 10 утра (1-я или 2-я утренняя порция мочи) берут пробу мочи для определения ДПИД.