



## Памятка пациенту при подготовке к сдаче анализа крови



ВАЖНО

### Общие требования



1. Три дня до исследования не голодайте, потребляйте больше 150 г углеводов в день и занимайтесь привычной физической деятельностью.



2. Перед анализом крови (в зависимости от вида анализа) не ешьте, не пейте соков, чая, кофе, особенно с сахаром. Пейте только воду.



3. 1-2 дня до анализа меньше ешьте жирной и жареной пищи, не потребляйте алкоголь. Если накануне лабораторного исследования намечается празднование, лучше отложите анализ на 1-2 дня.



4. 15 мин. до исследования и во время исследования не курите.



5. Количество большинства ферментов и гормонов в крови в разное время суток может колебаться, поэтому эти анализы сдайте до 10 часов утра.



6. Перед исследованием крови не загорайте на солнце, избегайте физической нагрузки (не занимайтесь спортом) и стресса. Перед исследованием успокойтесь и отдохните 10-15 мин.



7. Если собираетесь начать принимать лекарства, исследование лучше пройдите до начала их приема или через 10-14 дней после приема лекарств. Если вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом своего врача или работника лаборатории.
8. Некоторые медикаменты (глюкокортикоиды, эстрогены) и состояние (высокая температура, длительный постельный режим) увеличивают количество глюкозы в крови, поэтому глюкозотолерантный тест рекомендуется сдать в то время, когда эти факторы отсутствуют.
9. Не советуется выполнять исследования крови после рентгенологических и ультразвуковых исследований, массажа, процедур рефлексотерапии или физиотерапии, а перед сдачей крови на тест PSA и LPSA, нельзя выполнять ректальное, велоэргометрическое исследование, биопсию.
10. Женщинам не рекомендуется выполнять исследования крови во время менструаций.
11. На результаты гормональных исследований женщин влияют физиологические факторы, связанные с менструальным циклом. Поэтому при подготовке к исследованию половых гормонов надо указать фазу цикла и руководствоваться рекомендациями своего врача, в какой день цикла надо проводить исследования.
12. Перед сдачей крови на тест гормонов стресса (АКТН, кортизол, пролактин и др.), необходимо успокоиться, во время процедуры не обращать внимания на посторонние факторы, расслабиться, так как стресс увеличивает количество этих гормонов в крови.
13. При исследовании на инфекции, надо учесть стадию развития инфекции и состояние иммунитета. Полученный отрицательный результат исследования еще не гарантирует, что инфекции нет. Если результаты лабораторных исследований заставляют вас сомневаться, целесообразно через 3-5 дней повторить анализ. Лучше всего исследования на инфекционные болезни выполнять спустя 21 дня после подозрения на заражение, тогда производство антител бывает самое активное.


## Специфические требования

Если врач назначил следующие лабораторные исследования крови, Вы должны знать, как правильно подготовиться к исследованию:

Наименование исследования	Указания/советы перед исследованием
Время кровотечения	Советуется не принимать аспирин 3-5 дней до исследования.
Кальцитонин	Желательно 12 часов (в течение ночи) не есть.
С-реактивный белок	Желательно 12 часов (в течение ночи) не есть.
Катехоламины, плазма	Желательно 12 часов (в течение ночи) не есть.
Хром, моча	Избегать приема витаминов или других минеральных добавок по меньшей мере 1 неделю до сбора мочи.
С-пептид	Рекомендуется 2-3 часа до исследования не есть.
Криоглобулин	Необходимо 12 часов (в течение ночи) не есть.
DHEA-SO <sup>4</sup> неконъюгированный	Желательно 2-3 часа до исследования не есть.
Тайная кровь в кале	1. 7 дней до исследования не принимать аспирин и другие нестероидные противовоспалительные медикаменты, напр., ибупрофен (Motrin®, Advil®) и напроксен (Aleve®, Naprosyn®).

	2. 48 часов до исследования и во время исследования избегать: <ul style="list-style-type: none"> <li>• витамина С больше 250 г. в день (из всех источников, в том числе еды, витаминов, добавок),</li> <li>• красного мяса (говядины, баранины), в том числе обработанного мяса и печени,</li> <li>• зеленых фруктов и овощей (особенно дынь, реп и редиски).</li> </ul>
Глюкоза	Необходимо 12 часов (в течение ночи) не есть.
Исследование глюкозотолерантности	1. Соблюдать диету 3 дня до исследования (не есть много сладких и жирных продуктов), не употреблять алкоголь и медикаменты, такие как кортикостероиды, тироксин, фенитоин и оральные контрацептивы. 2. Необходимо не есть 8-10 часов (в течение ночи) до исследования.
Тяжелые металлы (свинец)	3 дня до сдачи анализа не есть морские продукты, не принимать кислотнопонижающие лекарства, витамины с минеральными добавками и травяные препараты.
Ферменты печени	Желательно 12 часов (в течение ночи) не есть.
Инсулин	Рекомендуется 2-3 часа до исследования не есть.
Цинк	Воздержаться от приема витаминов или других минеральных добавок по меньшей мере 3 дня до взятия пробы.
Мочевая кислота	Рекомендуется 8 часов до исследования не есть.
Мочевина	1 день до исследования не есть много мяса.
Билирубин (общий, непосредственный)	Рекомендуется 4 часа до исследования не есть.
Кальций	8-12 часов до исследования избегать добавок с кальцием.
Магний	3 дня до исследования избегать медикаментов (снижающих кислотность, диуретиков) с магнием.
Специфичный антиген простаты (PSA)	48 часа до исследования воздержаться от сексуальной активности.
Общий анализ крови	Не есть 3 часа до исследования.

#### Медицинский центр диагностики и лечения

 ул. В. Грибо, 32А, 10318 Вильнюс, Литовская республика

 Регистрация +370 698 0000

 [www.medcentras.lt](http://www.medcentras.lt)

I-V 7.00–20.00 час. МРТ исследования – 7:00-21:00 час.

VI 8.00–15.00 час. МРТ исследования – 7:00-19:00 час.

VII 9.00-15.00 час. Только МРТ исследования.

 Последнее исследование проводится - 30 мин. раньше.