**Общие правила:**

Перед забором крови не рекомендуется проводить физиотерапевтические процедуры, рентгенологические обследования, массаж, рефлексотерапию. Следует максимально снизить физические нагрузки, исключить бег, подъем по лестнице, избегать эмоционального перевозбуждения.

**Общий клинический анализ крови**

**Взятие крови проводится** [**строго натощак:**](https://citilab.ru/master/services/howto/podgotovka-k-sdache-analizov-krovi.aspx#eda) от момента последнего приема пищи должно пройти не менее 8 часов. Разрешается пить воду (не минеральная, негазированная). Запрещается употреблять сок, чай, кофе.

За 2-3 дня до исследования не переедать, ограничить прием жирной пищи. Исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, не посещать сауну, баню.

**Биохимические исследование**

**Взятие крови проводится** [**строго натощак**](https://citilab.ru/master/services/howto/podgotovka-k-sdache-analizov-krovi.aspx#eda) от момента последнего приема пищи должно пройти не менее 8 часов (желательно не менее 12 часов). Разрешается пить воду (не минеральная, негазированная). Запрещается употреблять сок, чай, кофе. За 2-3 дня до исследования не переедать, ограничить прием жирной пищи. Исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, не посещать сауну, баню.

**Исследование системы гемостаза**

**Взятие крови проводится** [**строго натощак:**](https://citilab.ru/master/services/howto/podgotovka-k-sdache-analizov-krovi.aspx#eda) от момента последнего приема пищи должно пройти не менее 8 часов (желательно не менее 12 часов). Разрешается пить воду (не минеральная, негазированная). Запрещается употреблять сок, чай, кофе. За 2-3 дня до исследования не переедать, ограничить прием жирной пищи. Исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, не посещать сауну, баню.

**Гормональные исследования**

**Взятие крови проводится** [**строго натощак:**](https://citilab.ru/master/services/howto/podgotovka-k-sdache-analizov-krovi.aspx#eda) от момента последнего приема пищи должно пройти не менее 8 часов (желательно не менее 12 часов). Разрешается пить воду (не минеральная, негазированная). Запрещается употреблять сок, чай, кофе. За 2-3 дня до исследования не переедать, ограничить прием жирной. Исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, не посещать сауну, баню.

* В день взятия крови исключить прием лекарств, если отмена невозможна — информировать лабораторию.
* При исследовании гормонов в динамике, желательно проводить взятие крови в одно и то же время суток.
* Некоторые гормоны, женщинам необходимо сдавать в определенные дни менструального цикла. Эту информацию можно уточнить у лечащего врача.

**Исследования на инфекции (по анализу венозной крови)**

**Взятие крови проводится** [**строго натощак:**](https://citilab.ru/master/services/howto/podgotovka-k-sdache-analizov-krovi.aspx#eda) от момента последнего приема пищи должно пройти не менее 8 часов (желательно не менее 12 часов). Разрешается пить воду (не минеральная, негазированная). Запрещается употреблять сок, чай, кофе. За 2-3 дня до исследования не переедать, ограничить прием жирной пищи, исключить из рациона оранжевые фрукты и овощи, цитрусовые. Исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, не посещать сауну, баню.

Молекулярно-генетические исследования

**Взятие крови либо буккального соскоба проводится** вне зависимости от приема пищи и лекарственных препаратов.

**Подготовка к УЗИ органов брюшной полости**

За 3 дня до ультразвукового исследования необходимо исключить из рациона газообразующие продукты: черный хлеб и сдобу, молоко и кисломолочные напитки, бобовые (горох, фасоль, чечевица и т.п.), сырые фрукты и овощи, сладости, копчёности, пиво и газированные напитки, алкоголь. Прекратить приём таблетированных слабительных препаратов.

* Исследование проводится строго натощак. Если оно назначено на утро, то последний прием пищи может быть не позднее 19:00 предыдущего дня (легкий ужин). Если исследование проводится во второй половине дня, то последний прием пищи рекомендуется не менее чем за 6-10 часов (легкий завтрак).
* На протяжении двух часов до исследования отказаться от курения во избежание спазма и деформации стенок полых органов.

**Подготовка к УЗИ почек и мочевого пузыря**

* Выполнить все рекомендации, касающиеся УЗИ органов брюшной полости (см. выше).
* За 1,5 часа до ультразвукового исследования выпить постепенно 1-1,5 литра любой жидкости (чай, вода, морс), не мочиться! Для исследования необходимо, чтобы мочевой пузырь был полностью наполненным.
* При невозможности терпеть и сильном позыве к мочеиспусканию, допустимо немного опорожнить пузырь для снятия напряжения и повторно выпить немного жидкости для достижения полного наполнения мочевого пузыря к моменту исследования.

**Подготовка к УЗИ органов малого таза (для женщин)**

Трансабдоминально (передняя брюшная стенка)

* Ограничений по приёму пищи и жидкости перед исследованием нет.
* Перед исследованием желательно опорожнить прямую кишку.
* За 1,5 часа до ультразвукового исследования выпить постепенно 1-1,5 литра любой жидкости (чай, вода, морс), не мочиться! Для исследования необходимо, чтобы мочевой пузырь был полностью наполненным.
* При невозможности терпеть и сильном позыве, допустимо немного опорожнить пузырь для снятия напряжения и повторно выпить немного жидкости для достижения полного наполнения мочевого пузыря к моменту исследования.

Трансвагинально (ТВУЗИ), влагалище

* Ограничений по приёму пищи и жидкости перед исследованием нет.
* Перед УЗИ опорожнить мочевой пузырь.
* Рекомендуется принять душ и провести гигиенические процедуры.
* Если есть аллергия на латекс, необходимо обязательно сказать об этом врачу (для выполнения исследования используется специальный презерватив).

Подготовка к УЗИ плода

* До 11 недель беременности подготовка такая же, как для УЗИ органов малого таза
* После 11 недель беременности: за 3 дня до ультразвукового исследования необходимо исключить из рациона газообразующие продукты: черный хлеб и сдобу, молоко и кисломолочные напитки, бобовые (горох, фасоль, чечевица и т.п.), сырые фрукты и овощи, сладости, копчёности, пиво и газированные напитки, алкоголь.

**ПОРЯДОК ПОДГОТОВКИ К ЛАБОРАТОРНЫМ ИССЛЕДОВАНИЯМ**

При несоблюдении основных правил подготовки к анализам их результаты и диагностическая значимость могут быть значительно искажены.

**АНАЛИЗ КРОВИ**

Для исследования крови более всего подходят утренние часы. Для большинства исследований кровь берется строго натощак. Не рекомендуется употребление кофе, чая, сока.

Рекомендуются следующие промежутки времени после последнего приема пищи:
- для биохимического анализа крови желательно не есть 12-14 часов (но не менее 8 часов).
 За 2 дня до обследования необходимо отказаться от алкоголя, жирной и жареной пищи. За 1-2 часа до забора крови не курить.

 Перед исследованием крови следует максимально снизить физические нагрузки. Исключить бег, подъем по лестнице.

 Избегать эмоционального возбуждения. Минут10-15 нужно отдохнуть, расслабиться и успокоиться.
 Перед сдачей крови нужно исключить перепады температур (баню и сауну).
 Перед гормональным исследованием крови у женщин репродуктивного возраста следует придерживаться рекомендаций лечащего врача о дне менструального цикла, в который необходимо сдать кровь, так как на результат анализа влияют физиологические факторы фазы менструального цикла.

 Перед сдачей крови необходимо успокоиться, чтобы избежать немотивированного выброса в кровь гормонов и увеличение их показателя.

 Для правильной оценки и сравнения результатов ваших лабораторных исследований рекомендуется проводить их в одной и той же лаборатории.

 Кровь для определения ПСА должна забираться до или не ранее чем через 2 недели после биопсии, простатэктомии и массажа простаты. Постхирургический уровень ПСА определяется не ранее чем через 6 недель после вмешательства.

 Кровь для определения СА15-3 должна забираться до или не ранее чем через 2 недели после биопсии, хирургических вмешательств и массажа молочной железы.