**Правила подготовки к диагностическим исследованиям.**

Критериями качества преаналитического этапа для специалистов лаборатории является получение проб биоматериала пациентов с адекватно оформленной документацией, правильно подготовленных к транспортировке, без признаков гемолиза, липидемии, коагуляции (в пробирках с антикоагулянтом), с соблюдением «холодовой цепи» в соответствии с Национальным стандартом РФ ГОСТ Р 53079.4-2008 «Обеспечение качества клинических лабораторных исследований. Правила ведения преаналитического этапа»

Если Вам назначили **анализ крови**, следуйте следующим правилам:

1. Кровь рекомендуется сдавать утром, в период с **7до11 часов**.
2. Кровь берется строго натощак, то есть когда между последним приемом пищи и взятием крови проходит **не менее 8 ч** (желательно – **не менее 12 ч**). Нельзя пить сок, чай, кофе, тем более с сахаром. Можно пить воду.
3. Кровь на исследование не рекомендуется сдавать сразу после рентгенографии, флюорографии, УЗИ-исследования, ректального исследования или физиотерапевтических процедур.
4. В течение дня перед исследованием необходимо пить достаточное количество жидкости.
5. Отменить лекарственные препараты (по согласованию с врачом) за сутки до сдачи крови.
6. Накануне исследования - легкий ужин с ограничением приема жирной пищи. Исключить из рациона алкоголь.
7. Исключить перед исследованием повышенные психоэмоциональные и физические нагрузки. Непосредственно перед забором крови посидеть в холле минут **10- 20** спокойно.
8. За 1 час до взятия крови воздержитесь от курения.
9. Для диагностики инфекций анализы не требуют специальной подготовки. Кровь можно сдавать в течение дня, но между последним приемом пищи и взятием крови должно пройти не менее **3-х часов**.

Если Вам назначили **анализ мочи**, следуйте следующим правилам:

1. При приёме каких-либо лекарств или поливитаминных комплексов, обязательно предупредите об этом врача. Некоторые из лекарственных средств изменяют концентрацию веществ в моче, что приводит к неверному диагнозу.
2. Накануне лучше не употреблять овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи, не принимать диуретики (мочегонные препараты).
3. Женщинам в период менструации стоит воздержаться от сбора мочи для анализа, т.к. менструальная кровь может быть смыта с наружных половых органов при мочеиспускании и принята в лаборатории за кровь из мочевыводящей системы.
4. Перед сбором мочи обязательно сделать тщательный туалет половых органов. Дезинфицирующие и антибактериальные средства использовать нельзя.
5. Для сбора предпочтительно использовать промышленно произведённые стерильные контейнеры для биопроб. Контейнер должен герметично закрываться, быть сухим и чистым.
6. Анализ должен быть доставлен в лабораторию в течение **1,5 часов** после сбора мочи. Транспортировка мочи должна производиться только при плюсовой температуре, в противном случае выпадающие в осадок соли могут быть интерпретированы как проявление почечной патологии, либо затруднить процесс исследования.

**На общий анализ мочи:**

1. Сбор утренней мочи должен выполняться сразу после пробуждения, натощак.
2. Предыдущее мочеиспускание должно быть совершено не ранее, чем за шесть часов до утреннего сбора.
3. Для общего анализа необходимо около **100 мл** первой утренней мочи, взятой из всей порции собранной мочи.

**На анализ мочи по Нечипоренко:**

1. Сбор мочи должен выполняться сразу после пробуждения, натощак.
2. Предыдущее мочеиспускание должно быть совершено не ранее, чем за шесть часов до сбора мочи.
3. Для исследования нужно использовать только утреннюю среднюю порцию мочи.
4. Первое количество выведенной мочи (**15-20 миллилитров**) пропускают, а среднюю порцию мочи **100-200 мл** помещают в подготовленную чистую посуду. Последнюю порцию мочи пропускают.