

# ПОДГОТОВКА К АНАЛИЗАМ И ИССЛЕДОВАНИЯМ мужчины с 40-64 лет (памятка для пациента)

Достоверность результатов лабораторных исследований зависит не только от качества реактивов и оборудования, на котором работают специалисты, но и в значительной степени от подготовки пациента и соблюдения правил сбора биоматериала. Данная ПАМЯТКА позволит тщательно подготовиться к исследованию и получить максимально точные данные о состоянии Вашего здоровья.

## ПОДГОТОВКА К ИССЛЕДОВАНИЯМ КРОВИ

### ОБЩИЕ ПРАВИЛА:

1. Для большинства исследований кровь рекомендуется сдавать утром, в период с 8 до 11 часов, натощак (между последним приемом пищи и взятием крови должно пройти не менее 8-ми часов, воду можно пить в обычном режиме), накануне исследования легкий ужин с ограничением приема жирной пищи. Для тестов на инфекции и экстренных исследований допустимо сдавать кровь через 4-6 часов после последнего приема пищи.

2. **ВНИМАНИЕ!** Специальные правила подготовки для ряда тестов: строго натощак, после 12-14 часового голодания, следует сдавать кровь на липидный профиль (холестерин общий, холестерин-ЛПВП, холестерин-ЛПНП, триглицериды); глюкозотолерантный тест выполняется утром натощак после 12-16 часов голодания.

3. Накануне исследования (в течение 24 часов) исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, прием лекарственных препаратов (по согласованию с врачом).

4. За 1-2 часа до сдачи крови воздержаться от курения, не употреблять сок, чай, кофе, можно пить негазированную воду. Исключить физическое напряжение (бег, быстрый подъем по лестнице), эмоциональное возбуждение. За 15 минут до сдачи крови рекомендуется отдохнуть, успокоиться.

5. Не следует сдавать кровь для лабораторного исследования сразу после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования, рентгенологического и ультразвукового исследований, массажа и других медицинских процедур.

6. При контроле лабораторных показателей в динамике рекомендуется проводить повторные исследования в одинаковых условиях - в одной лаборатории, сдавать кровь в одинаковое время суток и пр.

7. Кровь для исследований нужно сдавать до начала приема лекарственных препаратов или не ранее, чем через 10-14 дней после их отмены. Для оценки контроля эффективности лечения любыми препаратами нужно проводить исследование спустя 7-14 дней после последнего приема препарата.

Если Вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом лечащего врача.

Общие правила применимы ко всем анализам, но для некоторых исследований требуется специальная подготовка и дополнительные ограничения. Очень важно точно следовать указанным ниже рекомендациям, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты исследований.

## **ОБЩИЙ АНАЛИЗ КРОВИ**

Кровь сдается в утренние часы натощак (или в дневные/вечерние часы, спустя 4-5 часов после последнего приема пищи). За 1-2 дня до исследования исключить из рациона продукты с высоким содержанием жиров.

## **БИОХИМИЯ**

### **Холестерин, липопротеиды**

За две недели до исследования необходимо отменить препараты, понижающие уровень липидов в крови, если не ставится цель определить гиполипидемический эффект терапии этими препаратами.

### **Глюкоза**

При сдаче крови на глюкозу (в дополнение к основным требованиям подготовки к анализам) нельзя чистить зубы и жевать резинку, пить чай/кофе (даже несладкий). Утренняя чашка кофе кардинально изменит показатели глюкозы. Также оказывают влияние контрацептивы, мочегонные средства и другие лекарства.

## **ПОДГОТОВКА К ИССЛЕДОВАНИЯМ КАЛА ( с 40 лет 1раз в 2 года)**

### **ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ:**

Кал должен быть получен без применения клизм и слабительных средств. В специальный контейнер собрать 1-2 чайных ложки кала. Доставить в лабораторию в течение 3-х часов после сбора.

### **Исследование кала на скрытую кровь**

За три дня до исследования из рациона необходимо исключить мясо, печень, кровяную колбасу и все продукты, содержащие железо (яблоки, болгарский перец, шпинат, белую фасоль, зеленый лук, огурцы).

В специальный контейнер собрать 1-2 чайных ложки кала. Доставить в лабораторию в течение 5-и часов после сбора.

## **Кровь на ПСА( простат-специфический антиген)в 45, 50 ,55,60,64 лет**

### **Что включает в себя подготовка к сдаче крови на ПСА:**

- соблюдение временных интервалов между проведением процедур и анализом;
- исключение пищи в день проведения анализа;
- исключение физического и эмоционального перенапряжения в день сдачи крови.

**Для того, чтобы избежать ложноположительного теста на ПСА, следует подготовиться к сдаче анализа ПСА с соблюдением следующих временных рамок после воздействия на простату:**

- биопсия предстательной железы — 1,5 — 2 месяца;
- резекция простаты — 1 месяц;
- массаж предстательной железы — 3 дня;
- семяизвержение — 2 дня;
- трансректальное УЗИ — 1 неделя.
- При подготовке к сдаче крови на ПСА нужно соблюдать определенный При

При подготовке к сдаче крови на ПСА нужно соблюдать определенный рацион питания. Анализ крови сдается до 11 часов . Анализ крови сдается до 11 часов утра натощак. За сутки до забора крови нужно исключить жирную пищу. После последнего приема кофе, алкоголя, чая и соков должно пройти не менее 8 часов. Утром разрешается выпить немного воды. Курение за полчаса до анализа — исключено.

- Если пациент принимает лекарственные препараты для лечения аденомы простаты (пенестер, финастерид, проскар и т.д.), то перед сдачей крови на антиген следует приостановить лечение.

## **Эзофагогастродуоденоскопия (ФГДС) в 45 лет**

### **Исследование проводится по предварительной записи**

Накануне исследования легкий ужин не позднее 18.00, после 18.00 – не есть. Утром в день исследования не есть, не пить. Если имеются зубные протезы, то их следует снять.

На исследование при себе иметь: направление, ЭКГ, копию предыдущего ФГС (если есть). С собой взять полотенце.