[Общие рекомендации при подготовке перед сдачей анализов](https://zk5.spb.ru/polezno-znat/pravila-sdachi-analizov)

**1. Анализ мочи**

**1.1. Общий анализ мочи**

* Накануне сдачи анализа не рекомендуется употреблять фрукты и овощи, изменяющие цвет мочи (свекла, морковь и др.), не принимать диуретики.
* Перед сбором мочи необходимо произвести тщательную гигиену половых органов.
* Женщинам во время менструации не рекомендуется сдавать анализ мочи.

Правила сдачи:

Специализированный пластиковый контейнер - оптимальное средство сбора и транспортировки мочи для лабораторных исследований. Контейнер продается в аптеках. Он представляет собой широкогорлый градуированный полупрозрачный стаканчик емкостью 125 мл с герметично завинчивающейся крышкой. Контейнер стерилен, не требует предварительной обработки и полностью готов к использованию.

Соберите утреннюю мочу 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 50-100 мл мочи. Плотно закройте контейнер завинчивающейся крышкой.

**1.2. Проба Нечипоренко**

Для анализа мочи по методу Нечипоренко - собирают утреннюю порцию в середине мочеиспускания («средняя порция»). Достаточно 15-25 мл.

**2. Анализ кала**

* Нельзя проводить исследования кала раньше чем через 2 дня после клизмы, рентгенологического исследования желудка и кишечника, колоноскопии.
* Нельзя накануне принимать лекарственные вещества в том числе:- слабительные; - активированный уголь; - препараты железа, меди, висмута; - использовать ректальные свечи на жировой основе.
* Не допускать попадания в образец мочи или воды.
* Проводить исследование кала у женщин во время менструации.

Собирать кал для исследования следует утром. Если это затруднительно, можно подготовить пробу заранее, но не более чем за 8 часов перед сдачей кала в лабораторию. В этом случае хранить пробу следует в холодильнике (не замораживать). Тщательная гигиена наружных половых органов и области заднего прохода. Предварительно помочиться. Дефекацию производить в сухую, чистую емкость (судно или ночную вазу). Перенести пробу кала объемом 3-5 куб. см в заранее подготовленный чистый сухой контейнер для хранения и транспортировки.

**3. Сдача мазка на ПЦР, РИФ, посева на флору, микоплазму, трихомонаду, грибковую инфекцию**

* Нельзя проводить такие исследования в период приема любых антибактериальных препаратов.
* Эти исследования не сдаются в период менструации и в течение 1-2 дней после её окончания.
* За 2-3 дня до визита в клинику следует прекратить использование любых влагалищных таблеток, шариков, свеч — и лечебных, и противозачаточных (Фарматекс, Пантекс-Овал, клион Д, Полижинакс и прочие).
* Накануне вечером и с утра в день взятия мазка не следует подмываться и спринцеваться.
* ВАЖНО! Нельзя брать мазки на ПЦР после проведения кольпоскопических проб.

**4. Анализ крови**

***4.1. Сдача крови на гормоны***

Правила касаются пациентов любого возраста и пола. Забор крови производится из вены. Подготовка необходима, т.к. на содержание гормонов влияют многие факторы, которые необходимо исключить, чтобы быть уверенным в точности метода.

* Секреция биоактивных веществ зависит от суточного ритма жизни. Установлено, подсчитывать количественный уровень только утром и натощак.
* Нельзя перед сдачей курить (выдержать хотя бы один час).
* Накануне следует прекратить физическую работу и тренировки.
* Постараться обеспечить себе спокойный сон, отсутствие стрессовых ситуаций.
* Алкоголь противопоказан за день до проведения анализа.
* На 7 дней необходимо прекратить прием гормональных средств. Это касается кортикостероидных противовоспалительных лекарственных препаратов, контрацептивов.
* Ограничение для женщин: сдавать кровь можно только с пятого по седьмой дни правильного менструального цикла (за первый берется день начала менструации).
* Не рекомендуется в течение суток вступать в интимные отношения.

***4.2. Сдача крови на биохимию***

* Последний прием пищи должен быть за 8 ч до посещения врача. Кроме того, в этот период нельзя пить любые напитки, в которых содержится сахар.
* За два дня до анализа необходимо полностью отказаться от употребления любых алкогольных напитков и придерживаться правильно питания, ограничив употребление жирной пищи.
* За день до сдачи крови следует избегать тяжелых физических нагрузок и сильных эмоциональных переживаний.
* В день сдачи анализа категорически запрещается принимать любые лекарственные препараты, а также проходить какие-либо лечебные процедуры или подвергаться другим видам диагностики.