Рекомендации по подготовке пациентов

к лабораторным исследованиям.

Правила сбора биологического материала.

***ГБУ “Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева***“г.Гудермес, ул.Крайняя 122

Номер колл-центра:+7(928)644-86-00

Телефон: [+7 (8715) 22-23-15](https://www.list-org.com/phone/8715-222315)

 E-mail: crb\_gudermes@mail.ru

Центральная районная поликлиника: г.Гудермес, ул.Береговая, 2 а

Время работы лаборатории поликлиники: с 9:00 до 16:00 часов

Рабочие дни: пон.-пят. субб.- 9:00 до 13:00 часов

Прием анализов с 9:00 до 11:00 часов

**Обращаться по телефону:**

**8-871-52-2-31-44**

**8928-642-15-87**

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациентов****по правилам сбора биологического материала.** |

**АНАЛИЗА КРОВИ НА АНТИТЕЛА К КОРОНАВИРУСУ.**

Перед тем, как сдавать анализ крови для выявления антител к коронавирусной инфекции, пациент должен следовать следующим правилам:

1) За несколько дней до сдачи анализов, человек не должен употреблять жирные продукты. Кровь должна сдаваться с утра натощак. Это связано с тем, что показатели крови на протяжении дня могут меняться.

2) За сутки до сдачи крови нельзя употреблять алкогольные напитки, принимать лекарства (за исключением прописанных лечащим врачом), заниматься тяжелой физической работой или спортом.

3) Нельзя курить за 2 часа до сдачи анализов, а также пить чай, кофе, газированную воду. За 15 минут до сдачи нужно спокойно посидеть.

4) Не рекомендуется сдавать кровь сразу после проведения каких-либо медицинских процедур.

5) При необходимости проводить повторное исследование желательно в тех же условиях, то есть в одно и то же время, а также в той же лаборатории.

6) Кровь для проведения исследований на коронавирус, необходимо сдавать только после 10-14 дней после приема лекарств. Оценить эффективность лечения можно через 7-14 дней после последнего приема препаратов. Именно поэтому, перед сдачей анализов обязательно необходимо предупредить об этом лечащего врача.

**Очень важно, чтобы ВЫ точно выполняли данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациентов** |

 Биохимическое исследование крови Лечащий врач Вам назначил биохимическое исследование крови с целью объективной оценки Вашего состояния, уточнения диагноза.Накануне исследования воздержитесь от физических нагрузок, приёма алкоголя.* Взятие крови следует выполнять натощак, через 12 часов после последнего приема пищи, учитывая колебания уровней многих лабораторных показателей в плазме в течение суток, пробы следует брать до 10 часов утра. Исключением из этого правила являются исследования, которые проводятся при неотложных состояниях.
* Взятие проб должно выполняться до проведения диагностических и лечебных процедур, способных оказать влияние на результаты теста. Кровь нельзя сдавать после физиотерапевтических процедур, рентгенографии, ультразвукового исследования, ЭКГ, инъекций лекарственных препаратов, эндоскопии, диализа, массажа, ректального исследования.

**Очень важно, чтобы ВЫ точно выполняли данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты.** |
|

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |

|  |
| --- |
| **Памятка для пациентов** |

 [**Клинический анализ крови**](#_Биохимическое_исследование_крови)Лечащий врач Вам назначил кинический анализ крови с целью объективной оценки Вашего состояния, уточнения диагноза.Накануне исследования воздержитесь от физических нагрузок, приёма алкоголя.Перед исследованием необходимо отдохнуть в течение 15 мин, исключить курение.* Взятие крови следует выполнять натощак, учитывая колебания уровней многих лабораторных показателей в плазме в течение суток, пробы следует брать до 10 часов утра. Исключением из этого правила являются исследования, которые проводятся при неотложных состояниях.
* Взятие проб должно выполняться до проведения диагностических и лечебных процедур, способных оказать влияние на результаты теста. Кровь нельзя сдавать после физиотерапевтических процедур, рентгенографии, ультразвукового исследования, ЭКГ, инъекций лекарственных препаратов, эндоскопии, диализа, массажа, ректального исследования.

**Очень важно, чтобы ВЫ точно выполняли данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты.** |
|  |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациентов****по правилам сбора биологического материала.** |

**Анализ мочи общий.**

Лечащий врач Вам назначил общеклиническое исследование мочи с целью объективной оценки Вашего состояния, уточнения диагноза.

Накануне исследования воздержитесь от физических нагрузок, приёма алкоголя.

Лучше всего для сбора мочи использовать специальные контейнеры для биопроб с завинчивающейся крышкой, изготовленные из полистирола или полипропилена (объём100 мл). Подпишите контейнер (ёмкость для сбора мочи) с указанием Ф.И.О. пациента.

Перед сбором мочи проведите тщательный туалет наружных половых органов.

Вы собираете среднюю утреннюю порцию мочи в приготовленный контейнер. Желательно, чтобы предыдущее мочеиспускание было не позднее, чем в 2 часа ночи. Допускается использование мочи, собранной не ранее, чем через 2-3 часа после последнего мочеиспускания.

Техника сбора мочи:

- начать мочеиспускание в унитаз;

- через 2-3 секунды подставить контейнер для сбора анализа (приготовленную ёмкость);

- после наполнения контейнера (ёмкости) на 3/4 объёма продолжить

 мочеиспускание в унитаз.

Внимание! Моча, собранная для общего анализа, может храниться не более 1,5-2 часов (обязательно при температуре +4+8С). Наиболее приемлемый способ сохранения мочи – охлаждение (можно хранить в холодильнике). Но НЕ ДОВОДИТЬ ДО ЗАМЕРЗАНИЯ.

**Очень важно, чтобы ВЫ точно выполняли данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты.**

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациентов****по правилам сбора биологического материала.** |

**Анализ мочи на микроальбуминурию.**

Лечащий врач Вам назначил исследование мочи на микроальбуминурию с целью объективной оценки Вашего состояния, уточнения диагноза.

Накануне исследования воздержитесь от физических нагрузок, приёма алкоголя.

Лучше всего для сбора мочи использовать специальные контейнеры для биопроб с завинчивающейся крышкой, изготовленные из полистирола или полипропилена (объём100 мл). При отсутствии такой возможности мочу соберите в сухую, чистую ёмкость (объём100 мл). Подпишите контейнер (ёмкость для сбора мочи) с указанием Ф.И.О. пациента.

Перед сбором мочи проведите тщательный туалет наружных половых органов.

Вы собираете среднюю утреннюю порцию мочи в приготовленный контейнер. Желательно, чтобы предыдущее мочеиспускание было не позднее, чем в 2 часа ночи. Допускается использование мочи, собранной не ранее, чем через 2-3 часа после последнего мочеиспускания.

Техника сбора мочи:

- начать мочеиспускание в унитаз;

- через 2-3 секунды подставить контейнер для сбора анализа (приготовленную ёмкость);

- после наполнения контейнера (ёмкости) на 3/4 объёма продолжить

 мочеиспускание в унитаз.

Внимание! Моча, собранная для общего анализа, может храниться не более 1,5-2 часов (обязательно при температуре +4+8С). Наиболее приемлемый способ сохранения мочи – охлаждение (можно хранить в холодильнике). Но НЕ ДОВОДИТЬ ДО ЗАМЕРЗАНИЯ.

**Очень важно, чтобы ВЫ точно выполняли данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты.**

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациентов****по правилам сбора биологического материала.** |

**Биохимическое исследование мочи.**

Лечащий врач назначил Вам биохимический анализ мочи. Это исследование необходимо для объективной оценки Вашего состояния, в целях постановки диагноза.

Накануне исследования воздержитесь от физических нагрузок, приёма алкоголя.

Перед сбором мочи проведите тщательный туалет наружных половых органов.

Вам придется собирать мочу в течение суток.

Лучше всего для сбора мочи использовать специальные контейнеры для биопроб с завинчивающейся крышкой, изготовленные из полистирола или полипропилена.

При отсутствии такой возможности используйте для сбора мочи сухую, чистую ёмкость. Вечером приготовьте две ёмкости для сбора мочи: первую - объёмом примерно 2,7 л, вторую – объёмом примерно 100 мл.

**Сбор суточной мочи**: утром освободить мочевой пузырь (эту порцию мочи вылить), отметить время. Собрать мочу за сутки, включая утреннюю порцию следующего дня. Последнюю порцию мочи собрать ровно через 24 часа после отмеченного времени. Всю собранную мочу перемешать, измерить общий объём, указав его в направительном бланке в миллилитрах, отлить во второй контейнер для сбора мочи около 60 мл и доставить в лабораторию.

Первую емкость для сбора мочи в течение всего времени сбора хранить при температуре +4+8С.

**Очень важно, чтобы Вы точно выполнили данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены правильные результаты.**

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациентов****по правилам сбора биологического материала.** |

**Исследование мочи по Зимницкому**.

Лечащий врач Вам назначил исследование мочи по Зимницкому, чтобы объективно оценить функцию почек.

Для получения достоверных результатов назначенного исследования правильно подготовьте себя к нему: воздержитесь от физических нагрузок, приёма алкоголя.

Проба проводится при обычном питьевом режиме и питании. Желательно, чтобы количество употребляемой жидкости в эти сутки не превышало 1,0-1,5л.

Вам придётся собирать мочу в течение суток каждые 3 часа.

Лучше всего для сбора мочи использовать специальные контейнеры для биопроб с завинчивающейся крышкой, изготовленные из полистирола или полипропилена, при отсутствии такой возможности для сбора мочи используйте сухие, чистые ёмкости.

Вечером приготовьте для сбора мочи 8 ёмкостей объёмом примерно 300-400 мл. Каждая ёмкость должна быть подписана с указанием Ф.И.О.пациента и времени сбора мочи.

 В 6 часов утра Вы опорожняете мочевой пузырь (эта порция мочи выливается). Потом Вы собираете мочу в 9, 12, 15, 18, 21, 24, 3, 6 часов. Каждую ёмкость завинчиваете крышкой, храните в течение всего времени сбора при температуре +4+8С.

После окончания сбора все порции мочи доставьте в лабораторию.

**Очень важно, чтобы Вы точно выполнили данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены правильные результаты.**

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациента****по правилам сбора биологического материала.**  |

 **Взятие крови у детей до 14 лет**

Психологическая подготовка ребенка

• Основное требование к маме — сохранение полного спокойствия. Дети, особенно малыши, очень остро чувствуют настроение матери и тоже начинают нервничать, если она боится предстоящей процедуры. С ребенком, который уже достиг старшего дошкольного или школьного возраста, обсудите то, что будет происходить. Не следует пугать его, особенно если он сдает кровь в первый раз. Можно также предупредить, что, вероятнее всего, у ребенка могут возникнуть неприятные ощущения.

• Позаботьтесь о том, чтобы ребенок не скучал перед взятием крови. Возьмите с собой книжку, его любимую игрушку, раскраску с фломастерами — в зависимости от возраста ребенка. Это не только займет его время, но и не позволит сконцентрироваться на страхе от предстоящей процедуры.

• Решите, нужно ли ваше присутствие в кабинете врача во время анализа. Безусловно, оно понадобится, если ребенок совсем маленький, но некоторым школьникам, даже из младших классов, присутствие родителей может только помешать и спровоцировать плач или протест. Ориентируйтесь на психологические особенности ребенка.

• Во время проведения процедуры взятия крови, маленьких детей нужно держать на руках. Если ребенок чувствует тепло и защиту матери, он рефлекторно успокаивается даже в незнакомой и пугающей обстановке.

• Желательно начинать взятие крови не сразу после входа в процедурный кабинет. Нужно дать малышу пару минут на ознакомление с обстановкой и незнакомым человеком, который будет брать его за руки.

**Взятие крови у детей от 1 дня до 12 месяцев**

• Взятие крови на анализ у грудных детей постарайтесь подстроить под перерыв между кормлениями, ближе ко второму кормлению.

• За 30 минут до процедуры ребенок должен выпить 50 мл жидкости, которую вы ему обычно даете.

• В момент взятия крови руки ребенка обязательно должны быть теплыми. Если вы пришли с улицы или не так уж тепло в помещении, руки ребенка нужно согреть. Это обязательное и очень важное условие, ведь от его выполнения зависит количество крови, которое будет получено медработником.

• Непосредственно перед взятием крови ребенка нужно расположить так, чтобы ему было максимально комфортно. Должна пройти пара минут перед тем, как медсестра начнет брать кровь. Этого времени малышу хватит, чтобы успокоиться и немного привыкнуть к окружающему пространству.

**Очень важно, чтобы ВЫ точно выполняли данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты.**

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациента****по правилам сбора биологического материала.**  |

 **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.

**Мочевина**

За 1-2 дня до исследования необходимо соблюдать диету: отказаться от употребления богатой пуринами пищи — печени, почек, а также максимально ограничить в рационе мясо, рыбу, кофе, чай. Противопоказаны интенсивные физические нагрузки.

 **Холестерин, липопротеины**

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. Также влияние оказывают контрацептивы, мочегонные средства и другие лекарства.

**Глюкозотолерантный тест**

Проводится только при наличии предварительных результатов определения глюкозы натощак, без нагрузки. Содержание глюкозы в плазме крови определяют натощак и через 2 часа после нагрузки глюкозой.

Необходимо в течение трех дней до исследования соблюдать обычный режим питания (с содержанием углеводов более 125-150 г в сутки) и придерживаться привычных физических нагрузок. Исследование проводится утром натощак после ночного голодания в течение 12-16 часов (в это время нельзя курить и употреблять алкоголь).

Во время проведения исследования пациент должен спокойно лежать или сидеть, не курить, не переохлаждаться и не заниматься физической работой.

Не рекомендуется проводить исследование после и во время стрессовых воздействий, после операций и родов, при воспалительных процессах, алкогольном циррозе печени, гепатитах, во время менструаций, при заболеваниях ЖКТ с нарушением всасывания глюкозы.

Перед проведением теста необходимо исключить лечебные процедуры и прием лекарств (адреналина, глюкокортикоидов, контрацептивов, кофеина, мочегонных тиазидного ряда, психотропных средств и антидепрессантов).

Отмена лекарственных препаратов производится только после предварительной консультации пациента с врачом.

Детям до 14 лет глюкозотолерантный тест не выполняется.

Беременным глюкозотолерантный тест рекомендуется проводить на сроке 24-28 недель, это позволяет выявить с точностью до 98% женщин с гестационным диабетом.

**Гаптоглобин**

Перед исследованием необходимо исключить прием следующих препаратов: дапсона, метилдопы, сульфасалазина, эстрогенов, пероральных контрацептивов, тамоксифена, андрогенов.

**Альфа-2-макроглобулин**

В течение трех дней перед исследованием необходимо воздержание от употребления в пищу мяса.

**ФиброТест, ФиброМакс, СтеатоСкрин**

Взятие крови проводится строго натощак в утренние часы. За 1-2 дня до исследования не рекомендуется принимать аскорбиновую кислоту, необходимо также исключить лекарства и продукты, вызывающие искусственную окраску сыворотки (морковь, апельсин).

Для проведения исследования ФиброМакс необходимо указать свой точный вес и рост.

**Гормональные исследования**

Кровь на гормональные исследования необходимо сдавать натощак в утренние часы, в период с 8 до 11 часов утра. При отсутствии такой возможности, на некоторые гормоны кровь можно сдавать спустя 4-5 часов после последнего приема пищи в дневные/вечерние часы (кроме тех исследований, на которые кровь необходимо сдавать строго в утренние часы). Перед сдачей анализов необходимо проконсультироваться у врача специалиста.

За 1-2 дня до сдачи анализов исключить из рациона продукты с высоким содержанием жиров, последний прием пищи не должен быть обильным. За 1 день до исследования необходим психоэмоциональный и физический комфорт (спокойное состояние без перегревания и переохлаждения).

**Гормоны щитовидной железы**

При первичной проверке уровня тиреоидных гормонов отменить препараты, влияющие на функцию щитовидной железы за 2-4 недели до исследования (после согласования с лечащим врачом). При контроле лечения исключить прием препаратов в день исследования и обязательно отметить это в направительном бланке (отметить также и информацию о приеме других лекарств: аспирина, транквилизаторов, кортикостероидов, пероральных контрацептивов).

**Половые гормоны**

У женщин репродуктивного возраста на результаты гормональных исследований влияют физиологические факторы, связанные с фазой менструального цикла. Во время обследования на половые гормоны нужно указать фазу менструального цикла. Гормоны репродуктивной системы необходимо сдавать строго по дням цикла:

• ЛГ, ФСГ — 2-3 день цикла;

• Эстрадиол — 2-3 или 21-23 день цикла;

• Прогестерон — 21-23 день цикла, при 28-дневном цикле. Если цикл более или менее 28 дней, то за 7 дней до предполагаемой менструации.

• 17-ОН-прогестерон, Тестостерон — 2-3 день;

• Дигидротестостерон, Андростендион глюкуронид, Свободный тестостерон, Андростендион, Глобулин, связывающий половые гормоны, Антимюллеров гормон — на 2-3 день цикла.

**Пролактин, Макропролактин**

На 2-3 день менструального цикла кровь сдавать утром, в состоянии покоя, перед исследованием исключить пальпацию молочных желез.

 **Антимюллеров гормон (AMH/MIS), Ингибин B**

Женщинам исследование проводят на 3-5 день менструального цикла. За 3 дня до взятия крови исключить интенсивные спортивные тренировки. Исследование не следует проводить во время любых острых заболеваний. За 1 час до взятия крови не курить.

 **Адреналин и норадреналин**

За 8 дней до исследования исключить лекарственные препараты: салицилаты, β-блокаторы. За 1 день до исследования необходимо воздержаться от тяжелой физической нагрузки, исключить алкоголь, кофе, чай, витамины группы В, бананы.

 **Ренин, ангиотензин**

Перед исследованием исключить прием эстрогенов (за 1-2 мес.), диуретиков (за 3 недели), гипотензивных препаратов (за одну неделю). Взятие крови осуществлять в положении сидя или стоя.

 **Альдостерон**

По согласованию с врачом за 8 дней до исследования отменить гипотензивные средства, β-блокаторы, слабительные, кортикостероиды, диуретики, антидепрессанты. За 3 недели до исследования отменить антагонисты альдостерона.

 **АКТГ, кортизол**

В связи с тем, что АКТГ и кортизол являются гормонами стресса, перед процедурой сдачи крови необходимо в течение 20 минут успокоиться и расслабиться. Любой стресс вызывает немотивированный выброс этих гормонов в кровь, что повлечет увеличение данного показателя.

Уровень этих гормонов циклически изменяется в течение суток, поэтому наиболее информативны результаты исследований, проведенных утром до 9 часов.

**Инсулин, С-пептид**

Кровь сдавать строго в утренние часы.

**Гастрин-17, Гастрин-17 стимулированный, пепсиноген I, пепсиноген II, H. Pylori IgG**

Кровь на исследование необходимо сдавать строго натощак после 12-часового голодания.

За 1 неделю до проведения исследования воздержаться от приема лекарственных средств, влияющих на желудочную секрецию: Pepcedin, Zantac, Nizax, Ranimex, Esofex, Losec, Somac, Ranixal, Ranil.

За 1 день до проведения исследования воздержаться от приема медикаментов, нейтрализующих соляную кислоту, секретируемую желудком: Alsucral, Balancid, Prepulsid, Metropam, Librax, Gaviscon.

Если возникают трудности с отменой лекарств, обязательно сообщить об этом лечащему врачу.

За 3 часа до сдачи крови воздержаться от курения.

**Протеин С, Протеин S, фактор Виллебранда**

Не проводить исследование во время острых периодов заболеваний и во время приема антикоагулянтных препаратов (после отмены должно пройти не менее 30 дней). Биоматериал на исследование необходимо сдавать натощак. Между последним приёмом пищи и взятием крови должно пройти не менее 8 часов. Женщинам не рекомендуется проводить исследования на гемостаз во время менструации.

**ПСА (общий, свободный)**

После биопсии предстательной железы и массажа простаты кровь для определения ПСА можно сдавать не ранее чем через 2 недели. Постхирургический уровень ПСА определяется не ранее чем через 6 недель после вмешательства.

**СА-125 яичники**

Более информативно сдавать через 2-3 дня после менструации.

**Исследования крови на наличие инфекций**

За 1-2 дня до исследования исключить из рациона продукты с высоким содержанием жиров. За 2 дня до сдачи крови на вирусные гепатиты исключить из рациона цитрусовые, оранжевые фрукты и овощи.

Результаты исследований на наличие инфекций зависят от периода инфицирования и состояния иммунной системы, поэтому отрицательный результат полностью не исключает инфекции. На раннем этапе заболевания происходит сероконверсия (отсутствие антител в острый период заболевания).

В сомнительных случаях целесообразно провести повторный анализ спустя 3-5 дней.

Исследование крови на наличие антител класса IgМ к возбудителям инфекций следует проводить не ранее 5-7 дня с момента заболевания, а антител классов IgG, IgA не ранее 10-14 дня. Это связано со сроками выработки антител иммунной системой и появлением их в крови в диагностическом титре.

**Очень важно, чтобы ВЫ точно выполняли данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты.**

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациентов****по правилам сбора биологического материала.** |

**Гормоны щитовидной железы, паращитовидных желез.**

Это - ТТГ, Т4 свободный и общий, Т3 свободный и общий, антитела к ТПО, антитела к ТГ , антитела к рТТГ, некоторые другие - кальцитонин, паратгормон.

Сдавать их нужно натощак (то есть "голодный желудок"), или через 4-5 часов после приёма пищи. Таблетки (такие как L-тироксин, Эутирокс, Тирозол, Мерказолил и др.) принимают после сдачи анализа. Если вы переболели или болеете ОРВИ, ОРЗ - анализ лучше сдать через 4-5 недель после выздоровления. Связи с менструальным циклом у этих анализов нет.

**Очень важно, чтобы ВЫ точно выполняли данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты.**

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациентов****по правилам сбора биологического материала.** |

**Половые гормоны(для женщин).**

Это ЛГ, ФСГ , эстрадиол, прогестерон, пролактин, тестостерон (свободный и общий), ДГА-S, 17- ОН- прогестерон, андростендион, дегидротестостерон.

 Желательно сдавать натощак, для пролактина - за 2 суток воздержаться от выраженной физической нагрузки, застолий со спиртным, секса. Сдавать после снижения температуры, утром через 1-2 часа после пробуждения

(желательно не позднее).

Учитывается и приём лекарств, не только гормональных

(поэтому представьте список принимаемых вами лекарств врачу, а не обрисовывайте их приблизительный вид словами - "ну, эти белые, мелкие, в синенькой коробочке, вообщем, я не помню как они называются")

ФСГ, ЛГ , ЭСТРАДИОЛ, ТЕСТОСТЕРОН, ДГА-S, 17-ОН- ПРОГЕСТЕРОН, АНДРОСТЕНДИОН, ПРОЛАКТИН - сдаются на 2-5 день от начала менструального кровотечения

(это 1 фаза цикла) при 28 дневном цикле,

при цикле более 28 дней - 5-7 сутки, в том числе после вызванного прогестероном кровотечения, на 2-3 сутки при цикле в 23-21 день.

 ПРОГЕСТЕРОН, иногда ПРОЛАКТИН сдают на 21-22 день 28 дневного цикла(2 фаза), или высчитывают на 6-8 день после овуляции (если проводился тест на овуляцию).

 ДЕГИДРОТЕСТОСТЕРОН сдается в любой день цикла.

Для мужчин условия сдачи те же (гормоны немного другие )

**Очень важно, чтобы ВЫ точно выполняли данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты.**

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациентов****по правилам сбора биологического материала.** |

**Гормоны надпочечников.**

(Это - кортизол, ренин, альдостерон, метанефрин, норметанефрин, адреналин, норадреналин, и др.).

 Сдают натощак, желательно между 8-9 часами утра

(суточный пик секреции - более относится к кортизолу!).

Перед сдачей ренина, альдостерона, метанефринов и др. за 2 недели отменяют приём некоторых групп лекарств: Верошпирона, и -АПФ (эналаприл), В-блокаторов

(Эгилок), Аспирина и некоторых других.

**Очень важно, чтобы ВЫ точно выполняли данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты.**

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациентов****по правилам сбора биологического материала.** |

**Гормоны гипофиза.**

(главной эндокринной железы). Это: АКТГ, СТГ (гормон роста). Про ФСГ, ЛГ,пролактин, я уже рассказала.

 АКТГ сдаётся как кортизол, натощак, 8-9 утра, иногда в 13.00 (и/или 20.00)- по назначению врача.

 СТГ (эго аналог ИФР1) натощак, в любое время.

**Очень важно, чтобы ВЫ точно выполняли данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты.**

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациентов****по правилам сбора биологического материала.** |

**Гормон инсулин.**

сдаётся натощак, как правило, вместе с сахаром крови. Иногда вместе с пробой на "толерантнсть к глюкозе" (тогда 2 раза - натощак и через 2 часа после "сахарного сиропа").

**Очень важно, чтобы ВЫ точно выполняли данные рекомендации, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты.**

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациента.**  |

|  |
| --- |
| **анализ крови на сахар.***https://www.rami-spb.ru/usercontent/images/Lab/saxar_1_70x70.jpg*Чтобы получить объективный результат, необходимо соблюдать определенные условия перед сдачей анализа крови:* за сутки до проведения анализа нельзя употреблять алкоголь;
* последний прием пищи должен быть за 8-12 часов до анализа, пить можно, но только воду;
* утром перед анализом нельзя чистить зубы, так как в зубных пастах содержится сахар, который всасывается через слизистую оболочку ротовой полости и может изменить показания анализа. Также нельзя жевать жвачки.

**Анализ крови на сахар берут из пальца**. При заборе крови из вены исследование будет проводиться при помощи автоматического анализатора, для которого необходим больший объем крови.Также сейчас есть возможность **сдать анализ крови на сахар в домашних условиях**с помощью *глюкометра* - портативного прибора для измерения сахара в крови. Однако при использовании глюкометра возможны ошибки, как правило из-за  неплотного закрытия тубуса с тест-полосками или его хранение в открытом состоянии. Это связанно с тем, что при взаимодействии с воздухом на тестовой зоне полосок происходит химическая реакция, и они становятся испорченными.***Норма содержания сахара в крови***В крови, взятой натощак у взрослого человека, **сахар (глюкоза) в норме** должен находиться в пределах **от 3,88 до 6,38**ммоль/л, у новорожденных - от 2,78 до 4,44 ммоль/л, у детей - от 3,33 до 5,55 ммоль/л.Однако нормы в каждой лаборатории могут немного различаться в зависимости от методик, поэтому, если на бланке анализа указаны другие показатели нормы, то ориентироваться надо именно на них***Увеличение сахара в крови***Увеличение сахара в крови, чаще всего, говорит о наличии *сахарного диабета*, однако этот диагноз ставится не только по результатам анализа на сахар. Кроме того, причинами повышения сахара в крови могут быть:* прием пищи незадолго до сдачи анализа;
* значительное перенапряжение, как физическое, так и эмоциональное;
* заболевания эндокринных органов (щитовидной железы, надпочечников, гипофиза);
* эпилепсия;
* заболевания поджелудочной железы;
* прием лекарственных препаратов (адреналин, эстрогены, тироксин, мочегонные, кортикостероиды, индометацин, никотиновая кислота);
* отравление окисью углерода.

***Уменьшение сахара в крови***Уменьшение сахара в крови может вызвать:* длительное голодание;
* алкогольная интоксикация;
* *https://www.rami-spb.ru/usercontent/images/Lab/saxar_2_250x250.jpg*заболевания органов пищеварения (панкреатит, энтерит, последствия операций на желудке);
* нарушение обмена веществ в организме;
* заболевания печени;
* ожирение;
* опухоль поджелудочной железы;
* сосудистые нарушения;
* заболевания нервной системы (инсульт);
* саркоидоз;
* отравления мышьяком, хлороформом;
* при сахарном диабете - пропуск приема пищи или рвота после еды, передозировка инсулина или сахароснижающих препаратов.

***Как перевести разные показания анализа на сахар***В случае, если есть необходимость сравнить результаты нескольких анализов, представленных в разных единицах измерения, перевести их можно следующим образом: результат в мг/дл, мг/100мл или мг% необходимо разделить на 18 - получится значение в ммоль/л.***Дополнительные анализы на сахар в крови***бы выявить скрытый сахарный диабет обычно назначаются дополнительные исследования - *пероральный тест на толерантность к глюкозе* (ПТТГ, сахарная кривая). Сначала определяется концентрация сахара натощак, затем анализ повторяют через 60, 90 и 120 минут после принятия внутрь водного раствора глюкозы.Существует еще один дополнительный тест на сахар – это *определение гликозилированного гемоглобина в крови* (HbA1c). Его норма - от 4,8 до 5,9 % от общего гемоглобина. Этот тест может показать, был ли уровень сахара повышен на протяжении длительного времени (около 3 месяцев до анализа). |

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациента.**  |

|  |
| --- |
| **Правила сбора мочи для определения уровня свободного кортизола.**Лечащий врач назначил это исследование для объективной оценки Вашего состояния, в целях постановки диагноза, оценки функции надпочечников.Для получения достоверных результатов Вам необходимо правильно подготовиться к этому исследованию. Исключите приём алкоголя, физические нагрузки и стрессовые ситуации, т.к. они могут повлиять на результаты исследования. Не курите!Помните! На результаты исследования влияют некоторые лекарственные препараты. Информацию о влиянии конкретного лекарственного препарата Вы можете получить у лечащего врача.Лучше всего для сбора мочи использовать специальные контейнеры для биопроб с завинчивающейся крышкой, изготовленные из полистирола или полипропилена, объёмом не менее 2 л. При отсутствии такой возможности мочу соберите в ***сухую, чистую ёмкость.*** Вечером приготовьте такую ёмкость для сбора мочи, подпишите контейнер (ёмкость для сбора мочи) с указанием Ф.И.О. пациента. **Сбор суточной мочи** Вы должны собрать мочу в течение 24 часов на обычном питьевом режиме (1,5-2 литра в сутки). Утром в 6-8 часов освободите мочевой пузырь (эту порцию мочи вылить). После тщательного туалета наружных половых органов в течение суток собрать всю мочу в приготовленную ёмкость. В течение всего времени сбора она хранить при температуре 4-8°С. Последнюю порцию мочи собрать ровно через 24часа после отмеченного времени. Всю собранную мочу перемешать, измерить общий объём, указав его в направительном бланке в миллилитрах, отлить во второй контейнер для сбора мочи около 60 мл и доставить в лабораторию.**Очень важно, чтобы Вы точно выполнили данные рекомендации, так как только в этом случае будет получен достоверный результат.** |

|  |
| --- |
| **ГБУ «Гудермесская ЦРБ им.Х.Ш.Алиева»**  |
| 366900 г. Гудермес, ул. Крайняя, 122, Номер колл-центра: +7(928)644-86-00 crb\_gudermes@mail.ru |
| **Памятка для пациента** **по правилам сбора мочи на β2 – микроглобулин.** |

Лучше всего для сбора мочи использовать специальные контейнеры для биопроб с завинчивающейся крышкой, изготовленные из полистирола или полипропилена. Подпишите контейнер (ёмкость для сбора мочи) с указанием Ф.И.О. пациента.

Перед сбором мочи опорожните мочевой пузырь, выпейте примерно 300 мл жидкости (воды). В пределах 1 часа после этого собрать пробу мочи (около 100мл) в контейнер. Сразу доставить мочу в лабораторию.