

Памятка по подготовке к исследованиям

1. Общие правила для анализов

Кровь и моча (в т.ч. гормоны): сдавать утром натощак или спустя 3 часа после еды. Чистая вода разрешена.

2. УЗИ

Брюшная полость (УЗИ всего организма):

- За 2–3 дня исключить продукты, вызывающие газообразование (жирное, острое, бобовые, капусту, молочные продукты, газировку, алкоголь).
- Исследование проводится натощак: не есть 6 часов, не пить 2 часа.
- На процедуру прийти с полным мочевым пузырём (не мочиться 1,5–2 часа или выпить литр воды за час).

Сердце, щитовидная железа, мошонка:

Подготовка не требуется.

Матка и придатки:

- Трансабдоминальное УЗИ – только с полным мочевым пузырём.
- За 2–3 дня исключить газообразующие продукты.
- Трансвагинальное УЗИ подготовки не требует.

Молочные железы:

- Лучше проводить на 5–10 день цикла.
- В менопаузе или при приёме контрацептивов дата значения не имеет.
- В день процедуры принять душ, не использовать кремы и дезодоранты.

Предстательная железа:

- Полный мочевой пузырь (литр воды за час или воздержаться от мочеиспускания 2 часа).
- За 2–3 дня исключить газообразующие продукты.

3. Лёгкие

Рентген:

- Подготовка не нужна.
- Снять металлические украшения.
- Женщинам сообщить врачу о беременности.

Спирография:

- Не курить за 1 час.
- Исключить алкоголь и психоактивные вещества за 8 часов.
- Избегать физических нагрузок за 1 час.
- Не есть обильно за 2 часа.
- Надеть свободную одежду.

4. Желудок

Эндоскопия (ФГДС/ЭГДС):

- За 2–3 дня исключить алкоголь.
- За 8–12 часов – не есть.
- За 8 часов – минимизировать воду, за 4 часа – не пить совсем.
- Ужин накануне лёгкий (без жирного, острого, копчёного, свежих овощей и фруктов).
- Не курить и не чистить зубы за 2 часа до исследования.
- Если нужно принимать лекарства, то сделать это за 4 часа до процедуры с минимальным количеством воды.

Тест на *Helicobacter pylori*:

- Сдаётся натощак, воду можно за час до анализа.
- За 4–6 недель исключить антибиотики и антисекреторные препараты.
- За 5 дней – антациды, противовоспалительные и обезболивающие.
- За 3 дня – алкоголь.
- За 2 дня до исследования прекратить прием антацидов.
- За сутки – бобовые.
- Не курить и не жевать жвачку за 3 часа.
- Перед тестом почистить зубы и прополоскать рот.

5. Кардиология

ЭКГ:

- В день исследования не употреблять чай, кофе, алкоголь.
- За 3 часа – не курить.
- По возможности отменить лекарства за сутки (если нельзя – сообщить врачу).

6. Женское здоровье

Получение влагалищного мазка:

- Наилучшее время для гинекологического мазка – несколько дней до или после менструаций. В любом случае, во время его взятия не должно быть менструальных выделений.

Подготовка к взятию мазка предусматривает исключение факторов, которые могут исказить результаты:

- За неделю следует отказаться от приема гормонов, оральных контрацептивов, антибиотиков, внутривлагалищного введения лекарственных средств.
- За 2-3 дня воздержаться от половых контактов.
- Накануне вечером провести интимный туалет теплой водой, без гигиенических средств и спринцевания.

- За 2-3 часа до взятия мазка желательно не мочиться.

Микроскопическое исследование отделяемого влагалища:

- За 7 дней: Прекратите прием антибиотиков, гормональных препаратов и использование любых вагинальных средств (свечи, мази, кремы).
- За 2-3 дня: Воздержитесь от половых контактов.
- За 1 день: Проведите вечерний туалет половых органов теплой водой без использования мыла или гелей. Откажитесь от спринцевания.
- В день сдачи: За 2-3 часа до визита к врачу рекомендуется не мочиться.

Скрининг рака шейки:

Взятие мазка проводится не ранее 48 часов после кольпоскопии, полового контакта или применения местных лекарственных препаратов и процедур. Мазки не берутся во время менструации, сразу после спринцевания и вагинального исследования.

7. Мужское здоровье

Простатоспецифический антиген общий (ПСА) общий:

- За две-три недели до сдачи анализа отменить прием любых гормональных препаратов.
- Не заниматься активной физической нагрузкой за два дня до забора крови.
- Исключить половую активность хотя бы за двое суток до теста, а лучше за 10 дней.
- Избегать тепловых процедур (сауна, баня) в течение трёх дней перед сдачей крови.
- Проводить забор материала строго утром на голодный желудок.
- Исключить прием алкоголя за 10 дней.
- Исключить любые трансректальные процедуры (свечи, клизмы, осмотры, скопии) за 10 дней.