

# Подготовка к процедурам

Подготовка к диагностическим процедурам — это важный этап исследования. Именно от четкой визуализации исследуемого органа, от качества полученных анализов, зависит поставленный диагноз и назначенное лечение. Поэтому для точной диагностики важны не только мастерство врача и хорошая аппаратура, но и соблюдение пациентом правил подготовки в исследованию.

Чаще всего врач на приеме сообщает особенности подготовки к тому или иному исследованию. Это может быть соблюдение определенной диеты или ограничение в приеме лекарств, рекомендованные очистительные процедуры или прием средств, снимающих газообразование, ускоряющих обмен веществ — все зависит от состояния вашего здоровья и предполагаемого диагноза.

Выполнив все правила подготовки, вы избежите повторного назначения диагностики, а, значит, сэкономите свое время и быстрее приступите к лечению.

## Анализ кала

Подготовительный этап является не менее важным, чем непосредственно сбор каловых масс. Поэтому многие задаются вопросом, как сдавать анализ кала и как правильно подготовиться к проведению данной процедуры.

Анализ кала или копрограмма — вид диагностики пищеварительных органов. Он дает возможность изучить работу желудка, кишечника, поджелудочной железы, оценить общее состояние организма человека.

Заболевания, выявляемые с помощью копрограммы, вызываются различными патологиями в кишечнике. Врач, используя копрологию, не только диагностирует, но и контролирует развитие заболевания, а также ход лечения. Поэтому очень важно знать, как правильно подготовиться, собрать и доставить анализы в специализированную лабораторию.

Результаты анализа напрямую зависят от способа питания, видов пищи, медикаментов и других веществ, которые употребляет или применяет человек. Несоблюдение правил подготовки, сбора и доставки анализа могут существенно исказить результаты исследования и ввести в заблуждение лечащего врача, который, в свою очередь, имея искаженные данные, может поставить неверный диагноз и назначить неадекватную терапию.

### Как правильно подготовиться для сдачи анализа кала

1. О том, как правильно сдавать анализ кала, необходимо предварительно проконсультироваться с лечащим врачом. Его нужно поставить в известность по поводу препаратов, которые вы принимаете или принимали незадолго до сдачи анализа кала, а также о пребывании за несколько месяцев до анализов за пределами страны. Это поможет вашему врачу быстрее выявить паразитов, грибки, вирусы или бактерии, которые могли быть завезены из различных стран.
2. За десять дней (по согласованию с лечащим врачом) до назначенной даты анализа потребуется прекратить применение любых медицинских препаратов, составляющие

которых могут повлиять на желудочно-кишечный тракт, на физические и биологические показатели кала.

3. Помните, что нельзя сдавать анализ сразу после клизмы, рентгеновского обследования желудка или кишечника. Необходимо дать организму на восстановление не менее двух дней.
4. Нельзя сдавать анализы, если есть кровотечение от геморроя или в период менструального цикла. Наличие крови может придать калу нехарактерные ему свойства и исказить результат анализа.
5. Нельзя использовать для анализа кал, который был в контакте с очищающими средствами, водой или мочой.

### Диеты при подготовке к сдаче анализа кала

**За несколько дней до исследования требуется придерживаться правил общей диеты: регулярно употреблять в пищу дозированные порции продуктов, содержащие необходимое количество белков, жиров и углеводов.**

В отдельных случаях врач рекомендует соблюдать одну из специальных диет.

**Диета по Певзнеру** — это специальная система питания, рассчитанная на более активную работу пищеварительного тракта. Ежедневный рацион составляет 3250 ккал. Диета предусматривает усиленную нагрузку желудочно-кишечного тракта различными продуктами и блюдами, после систематического употребления которых выявляются любые расстройства органов пищеварения.

**Диета по Шмидту** — специальная система питания, рассчитанная на получение после испражнения непереработанных остатков пищи в фекалиях. Калорийность ежедневного меню равна 2250 калорий. Диета подразумевает употребление большого количества молока, яиц, мясного фарша, картофеля, различных каш, киселя, хлеба и печенья. Такое питание приводит к появлению в фекалиях остатков непереработанной пищи, которые используются для дальнейшего изучения расстройств.

При диагностировании скрытого кровотечения пищеварительной системы из меню обязательно исключаются блюда из продуктов, содержащих элементы железа, так как их употребление может существенно исказить результаты проводимого анализа.

Решение о необходимости диеты, информацию об условиях ее соблюдения предоставляет лечащий врач.

### Как правильно собрать анализ кала

1. Вам необходимо заранее подготовиться к данному процессу, приготовить все требуемые предметы: специальный контейнер для образцов, резиновые перчатки, полиэтиленовый пакет, при необходимости бумага и фольга. Контейнер должен быть сухим и чистым, в отдельных случаях — стерильным.
2. При подготовке к сбору материала вы должны быть уверены, что ваш образец не будет загрязнен. Вода в туалете, моча, бумага и мыло могут испортить образец. Очень важно создать необходимые условия и получить ваш образец так, чтобы он не соприкасался с загрязнителями.
3. Перед сбором обязательно помочитесь, чтобы исключить дальнейшее попадание остатков мочи на собранный кал, после чего промойте половые органы и область ануса. Не применяйте мыло, используйте нейтральные моющие средства и кипяченую воду.
4. Непосредственно перед началом сбора наденьте перчатки. Кал содержит микробы, которые распространяют инфекции. После сбора образца обязательно вымойте руки!

5. Кал забирается специальной ложкой в специальный контейнер, выданные в лаборатории или приобретенные в аптеке. Для общего анализа необходимо 3-5 см<sup>3</sup> (приблизительно чайная ложка) материала.
6. Контейнер плотно закрывается, подписывается и отправляется с направлением в лабораторию.
7. Если нет возможности сразу же отправить копроматериал в лабораторию, его нужно хранить при температуре +3 °С -+5 °С не более 8 часов.

## АНАЛИЗЫ МОЧИ

### Сбор мочи для общего анализа.

- Перед сбором мочи обязательны гигиенические процедуры - тщательное, с мылом подмывание, чтобы в мочу не попали бактерии сальных и потовых желез.
- Собирают строго утреннюю порцию мочи, выделенную сразу же после сна, желательна средняя порция (после 1-2 секунд от начала мочеиспускания).
- Интервал между сбором мочи и доставкой материала в лабораторию должен быть как можно меньше.
- Для сбора мочи используется специальный набор (стерильный контейнер и пробирка с консервантом).
- Моча в пробирке с консервантом принимается в течение всего дня (по графику сдачи анализов из крови).

### Сбор суточной мочи для биохимического анализа.

- Собирается моча за сутки.
- Первая утренняя порция мочи удаляется, засекается время.
- Все последующие порции мочи, выделенные в течение дня, ночи и утреннюю порцию, собранную через 24 часа, в аналогичное время следующего дня, собирают в одну емкость, которая хранится в прохладном месте (+4 - +8) в течение всего времени сбора.
- После завершения сбора мочи, содержимое емкости точно измерить - объем собранной мочи, обязательно перемешать и сразу же отлить пробу мочи (не больше 5 мл) в небольшую чистую баночку. Эту баночку принести в лабораторию для исследования.
- На направительном бланке нужно указать суточный объем мочи (диурез) в миллилитрах, например: "Диурез 1250 мл".
- Если назначена проба Реберга (клиренс креатинина), отметьте также рост и вес пациента.

До 10 утра (1-я или 2-я утренняя порция мочи) берут пробу мочи для определения ДПИД.

### Сбор мочи для анализа «Катехоламины в моче».

- Для проведения исследования необходимо получить в медицинском центре порошок-консервант и контейнер для мочи.
- Перед плановым сбором мочи в течение 3-х дней нельзя применять препараты, содержащие раувольфию, теofilлин, нитроглицерин, кофеин, этанол, если возможно, не принимать другие лекарственные средства, а также пищевые продукты, содержащие серотонин (шоколад, сыры и другие молочные продукты, бананы), не употреблять алкоголь.
- Избегать физической нагрузки, стрессов, курения, болевых воздействий, которые вызывают физиологический подъем катехоламинов.
- Предварительно на дно чистой емкости, в которую будет собираться моча, высыпают консервант - порошок из полученной в лаборатории пробирки.
- Опорожняют мочевого пузыря (эту порцию выливают), засекают время и собирают мочу в емкость с консервантом ровно в течение суток. Последнее мочеиспускание в сосуд должно

быть через 24 часа от засеченного времени (например, с 8.00 утра до 8.00 утра следующего дня).

- Возможен сбор мочи за 12, 6, 3 часа или разовая порция, лучше в дневное время.
- В конце периода сбора измерить общий объем мочи, выделенной за сутки, перемешать ее, отлить часть в специально выданный контейнер и сразу принести на исследование.
- При сдаче материала обязательно отметьте время сбора и общий объем мочи.

## Анализ крови

- Кровь для выполнения лабораторных исследований рекомендуется сдавать утром натощак, после 8 - 12 часового ночного периода голодания. Если у пациента нет возможности прийти в лабораторию утром, кровь для большинства исследований можно сдавать днем после 6 часов голодания, исключив в утреннем приеме пищи жиры.
- Строго натощак после 12-часового голодания следует сдавать кровь для проведения тестов липидного профиля: холестерол, ЛПВП, ЛПНП, триглицериды
- Минимум 6-часовое голодание обязательно следует выдержать перед определением в крови глюкозы, фолиевой кислоты, сывороточного железа, билирубина, калия, фосфора, желателно - и перед проведением остальных биохимических, серологических и гормональных тестов.
- Только утром после 6-8 часов голодания (если нет особых указаний эндокринолога) следует сдавать кровь для определения С-пептида, инсулина.
- Кровь для определения уровня кортизола, АКТГ сдают только до 10 утра.
- Если предстоит сдавать только общий анализ крови, последний ограниченный прием пищи может быть не позже, чем за 1 час до сдачи крови.
- Желательно за 1 - 2 дня до обследования нужно придерживаться стандартной диеты, исключить из рациона алкоголь.
- Накануне исследования нужно исключить физические и эмоциональные перегрузки. Непосредственно перед сдачей крови следует 20 - 30 минут посидеть в покое.
- Если нет конкретных указаний лечащего врача, кровь на анализ следует сдавать до начала приема лекарственных препаратов (например, антибактериальных и химиотерапевтических) или не ранее чем через 10 - 14 дней после их отмены. Исключение составляют случаи, когда хотят исследовать концентрацию принимаемых лекарств в крови например, противосудорожных препаратов, или контролируют эффект принимаемых препаратов, например, непрямых антикоагулянтов.
- О приеме любых лекарственных препаратов и пищевых добавок следует предупредить лечащего врача для исключения неправильной интерпретации результатов.
- Исследования крови следует проводить до или через несколько дней после рентгенографии, ректального исследования, физиотерапевтических процедур и других медицинских манипуляций.
- При проведении гормональных исследований у женщин репродуктивного возраста (примерно с 12 -13 лет и до наступления климактерического периода) на результаты влияют физиологические факторы, связанные со стадией менструального цикла. Поэтому при подготовке к обследованию на гормоны ФСГ, ЛГ, пролактин, эстриол, эстрадиол, прогестерон следует указать фазу цикла (если нет особых указаний лечащего врача, обычно, эти исследования проводят на 5 - 7 дни цикла).
- Кровь на гормоны щитовидной железы сдается до 12-00. Если иного на гормоны не назначено лечащим врачом, то гормоны: ФСГ, ЛГ, эстрадиол сдается на 5-7 день

цикла, тестостерон — на 5-6 день цикла, прогестерон - на 21-23 день того же цикла, пролактин — в любой день цикла, но строго до 10-00. Накануне исключить тепловые процедуры, физические нагрузки, крепкий чай и кофе, половые контакты.

## УЗИ

### Подготовка к УЗИ органов брюшной полости:

- за 2 - 3 дня до обследования рекомендуется перейти на бесшлаковую диету, исключить из рациона продукты, усиливающие газообразование в кишечнике (сырые овощи, богатые растительной клетчаткой, цельное молоко, черный хлеб, бобовые, газированные напитки, а также высококалорийные кондитерские изделия - пирожные, торты). Целесообразно в течение этого промежутка времени принимать ферментные препараты и энтеросорбенты (например, фестал, мезим-форте, активированный уголь или эспумизан по 1 таблетке 3 раза в день), которые помогут уменьшить проявления метеоризма;
- УЗИ органов брюшной полости необходимо проводить **натощак**. Если исследование невозможно провести утром, допускается легкий завтрак;
- не рекомендуется курить до исследования;
- **нельзя** проводить исследование после гастро- и колоноскопии.

Если вы принимаете лекарственные средства, предупредите об этом врача УЗИ.

---

### Подготовка к УЗИ органов малого таза (мочевой пузырь, матка, придатки у женщин):

- исследование проводится при полном мочевом пузыре, поэтому необходимо не мочиться до исследования в течение 3 - 4 часов и выпить 1 л негазированной жидкости за 1 час до процедуры;
- для трансвагинального УЗИ (ТВУЗИ) специальная подготовка не требуется (на дому это исследование не проводится), это исследование используется, в том числе для определения беременности на ранних сроках.

---

### Подготовка к УЗИ мочевого пузыря и простаты у мужчин:

- исследование проводится при полном мочевом пузыре, поэтому необходимо не мочиться до исследования в течение 3-4 часов и выпить 1 л негазированной жидкости за 1 час до процедуры;
- перед трансректальным исследованием простаты (ТРУЗИ) необходимо сделать очистительную клизму.

---

### Подготовка к УЗИ молочных желез

Исследование молочных желез желателно проводить в первые 10 дней менструального цикла.

---

### Исследования, не требующие специальной подготовки:

- УЗИ щитовидной железы;

- УЗИ почек;
- Эхокардиография (УЗИ сердца);
- УЗИ сосудов шеи, верхних и нижних конечностей;
- УЗИ плевральных полостей;
- УЗИ мягких тканей;
- УЗИ слюнных желез;
- УЗИ лимфатических узлов (кроме внутрибрюшных – при этом исследовании проводится подготовка как при УЗИ (органов брюшной полости));
- УЗИ суставов.