

## ПОДГОТОВКА К СДАЧЕ АНАЛИЗОВ КРОВИ

Показатели крови могут существенно меняться в течение дня, поэтому рекомендуется сдавать анализы в утренние часы. Для данного периода рассчитаны референсные интервалы многих лабораторных показателей. Это особенно важно для гормональных исследований.

- Все анализы крови делают до проведения рентгенографии, УЗИ и физиотерапевтических процедур.
- За 2 часа до сдачи крови не курить.
- За 2-3 суток не переедать, особенно жирную пищу, исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, а также не посещать баню и сауну.

---

### Ограничения по приему пищи:

- **Натощак:** не менее 4-х часов после последнего (не обильного!) приема пищи.
- **Строго натощак:** не менее 8 часов после последнего приема пищи. У новорожденных и детей первых месяцев жизни допускается взятие крови не ранее, чем через 2 часа после приема пищи.
- **Голодание:** отсутствие приема пищи не менее 12-14 часов.
- **Питьевой режим.** Прием воды на показатели крови не оказывает влияния, поэтому воду пить разрешается (не минеральная, негазированная). Сок, чай, кофе запрещается употреблять.

### Общий клинический анализ

**Взятие крови проводится строго натощак:** от момента последнего приема пищи должно пройти не менее 8 часов. Разрешается пить воду (не минеральная, негазированная). Запрещается употреблять сок, чай, кофе.

За 2-3 дня до исследования не переедать, особенно жирную пищу. Исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, не посещать сауну, баню.

### Биохимия

**Взятие крови проводится строго натощак** от момента последнего приема пищи должно пройти не менее 8 часов (желательно не менее 12 часов). Разрешается пить воду (не минеральная, негазированная). Запрещается употреблять сок, чай, кофе. За 2-3 дня до исследования не переедать, особенно жирную пищу. Исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, не посещать сауну, баню.

### Коагулограмма

**Взятие крови проводится строго натощак:** от момента последнего приема пищи должно пройти не менее 8 часов (желательно не менее 12 часов). Разрешается пить воду (не минеральная, негазированная). Запрещается употреблять сок, чай, кофе. За 2-3 дня до исследования не переедать, особенно жирную пищу. Исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, не посещать сауну, баню.

### Гормоны

**Взятие крови проводится строго натощак:** от момента последнего приема пищи должно пройти не менее 8 часов (желательно не менее 12 часов). Разрешается пить воду (не минеральная, негазированная). Запрещается употреблять сок, чай, кофе. За 2-3 дня до исследования не переедать, особенно жирную пищу. Исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, не посещать сауну, баню.

- В день взятия крови исключить прием лекарств, если отмена невозможна — информировать лабораторию.
- При исследовании гормонов в динамике, желательно проводить взятие крови в одно и то же время суток.
- Некоторые гормоны, женщинам необходимо сдавать в определенные дни менструального цикла. Эту информацию можно уточнить у лечащего врача.

Внимание!Q Взятие крови на кортизол проводится **строго натощак**, строго в интервале с 8:00 до 11:00 (указывается точное время венепункции).

### Инфекции

**Взятие крови проводится строго натощак:** от момента последнего приема пищи должно пройти не менее 8 часов (желательно не менее 12 часов). Разрешается пить воду (не минеральная, негазированная). Запрещается употреблять сок, чай, кофе. За 2-3 дня до исследования не переедать, особенно жирную пищу. Исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, не посещать сауну, баню.

### Глюкозотолерантный тест

Внимание Глюкозотолерантный тест назначается только после консультации врача. Пациентам с сахарным диабетом 1 типа данное исследование не проводится.

Взятие крови проводится утром, после **голодания**: от момента последнего приема пищи должно пройти не менее 12-14 часов.

- Перед проведением глюкозотолерантного теста в течение 3-х дней соблюдать диету (не более 150 граммов углеводов в день), исключить интенсивные физические нагрузки, не посещать баню, сауну.
- За 3 дня до теста отменить тиазидные диуретики, контрацептивы и глюкокортикоиды (по согласованию с врачом).
- Во время проведения исследования не пить воду, не курить. Повторное взятие крови проводится через 1 час и через 2 часа после «нагрузки» глюкозой.

### **Подготовка к сдаче тиреотропного гормона (ТТГ)**

Определение уровня ТТГ является наиболее чувствительным тестом для оценки функции щитовидной железы. При этом он остается самым часто отклоняющимся от референсного интервала среди всех гормональных исследований. Для получения достоверных результатов, кроме общих правил подготовки к лабораторным исследованиям, важно следовать приведенным ниже правилам:

1. Уровень ТТГ значительно изменяется в течение суток: его наибольшая концентрация определяется утренние часы, а минимальная – в вечерние. Следует сдавать кровь в одно и то же время, особенно в случае повторных исследований, так как время сдачи крови играет важную роль в интерпретации уровня ТТГ.

2. В случае проведения заместительной терапии гормонами щитовидной железы, необходимо принимать препарат после взятия крови для исследования. Прием препаратов тироксина и йода за сутки до анализа не влияет на концентрацию ТТГ. Повторные исследования уровня ТТГ в целях контроля терапии целесообразно проводить не ранее, чем через 6 недель после изменения дозы или вида препарата.

3. Необходимо помнить, что результат ТТГ может быть искажен действием принимаемых лекарственных препаратов или продуктами их метаболизма. Перед сдачей крови на анализ следует проконсультироваться у лечащего врача о возможности ограничения приема лекарственных препаратов в период подготовки к исследованию. Рекомендуется отказ от приема лекарственных препаратов, включая БАД, перед исследованием. При невозможности отказа от приема лекарств, следует сообщить наименование препарата и время его последнего приема при сдаче крови.

4. Щитовидная железа связана с работой многих систем органов, нарушения в которых могут оказывать воздействие на секрецию гормона: острый и хронический стресс, острые инфекционные заболевания, нарушение обмена липидов и витаминов, приводящее к избытку холестерина, гомоцистеина, а также нарушение режима сна и бодрствование ночью, которые нарушают нормальный ритм секреции ТТГ. Влияние указанных состояний необходимо учитывать при интерпретации результатов, если нет возможности перенести исследование на более поздний срок.

5. В разных лабораториях могут применяться разные методы исследования, поэтому для корректной оценки результатов исследования, необходимо проводить исследования на одной лаборатории и на одной и той же аналитической системе.

### **Витамин D\***

\*Рекомендации к исследованию 35-20-010. 25-ОН Витамин D Общий (25-Гидроксикальциферол)

Взятие крови проводится натощак, желательно утром. Запрещается: сок, чай, кофе. Можно пить негазированную, неминеральную воду. Исследование проводится не ранее, чем через 3 дня после отмены приема препаратов витамина D и биологически активных добавок, содержащих витамин D.