

## Подготовка к исследованиям

Лабораторные исследования – это важный инструмент в диагностике патологических состояний, мониторинге течения заболеваний, контроле проводимого лечения и выявлении доклинических стадий болезней при скрининговых обследованиях. Результаты лабораторных исследований с большой чувствительностью отражают патологические изменения состояния человека и часто служат основой принятия лечащим врачом важных клинических решений в отношении пациента.

В то же время все должны четко понимать, что многие непатологические факторы способны в определенной степени влиять на результаты лабораторных тестов. Среди этих факторов - потенциальное влияние лекарственных препаратов, которые могут изменять физиологические процессы в организме или химически интерферировать с исследуемым веществом в условиях пробирки, физические и эмоциональные нагрузки, прием пищи, алкоголя, физиологические ритмы организма.

Часть факторов, способных повлиять на результат лабораторного исследования, мы можем контролировать усилиями лабораторных специалистов – это условия взятия, доставки и хранения проб, правильность их идентификации, а также – точность и воспроизводимость используемых методов исследований. Стандартизировать влияние многих других факторов, влияющих на результаты лабораторных исследований, может только сам пациент и его лечащий врач при подготовке к лабораторному исследованию. О чем нужно помнить при сдаче анализов?

Лабораторные показатели в различной степени чувствительны к разным преаналитическим факторам. Например, недавний прием пищи влияет на уровень глюкозы крови, тесты липидного профиля, выработку С-пептида. Время суток при взятии пробы особенно значимо для уровня кортизола, тиреотропного гормона, АКТГ и некоторых других гормонов. Существенная физическая нагрузка может вызвать повышение уровня ферментов (АЛТ, АСТ, креатинкиназа), изменение различных субстратов крови (глюкоза, мочевины и др.), увеличить выделение белка с мочой. Прием алкоголя – недавний или частый – может вызвать различные изменения активности ферментов и концентрации субстратов крови. Курение иногда обуславливает пограничное повышение уровня некоторых онкомаркёров. Эмоциональный стресс может быть причиной значительного повышения уровня кортизола, АКТГ, глюкозы.

**Очень важно!** Разнонаправленным является воздействие лекарственных препаратов на многие лабораторные показатели.

### Подготовка к исследованию крови

Основные факторы, которые могут повлиять на результат:

- Лекарственные препараты (влияние лекарственных препаратов на результаты лабораторных тестов разноплановое и не всегда предсказуемое).
- Прием пищи (возможно как прямое влияние за счет всасывания компонентов пищи, так и косвенное – изменение уровня гормонов в ответ на прием пищи, влияние мутности пробы, связанной с повышенным содержанием жировых частиц).
- Физические и эмоциональные перегрузки (вызывают гормональные и биохимические изменения).
- Алкоголь (оказывает острые и хронические эффекты на многие процессы метаболизма).
- Курение (изменяет секрецию некоторых биологически активных веществ).
- Физиопроцедуры, инструментальные обследования (могут вызвать временное изменение некоторых лабораторных параметров).
- Фаза менструального цикла у женщин (значима для ряда гормональных исследований).
- Время суток взятия крови (существуют суточные ритмы активности человека и, соответственно, суточные колебания многих гормональных и биохимических параметров, выраженные в большей или меньшей степени для разных показателей; – границы «нормы»)

- обычно отражают статистические данные, полученные в стандартных условиях, при взятии крови в утреннее время.

### **Общие правила подготовки к лабораторным исследованиям**

Желательно соблюдать эти правила при проведении биохимических, гормональных, гематологических и комплексных иммунологических исследований, результаты которых зависят от физиологического состояния человека.

Рекомендуется сдавать кровь утром, натощак (не менее 8 часов и не более 14 часов после последнего приема пищи, питье – в обычном режиме), накануне избегать пищевых перегрузок.

Если вы принимаете какие-либо лекарственные препараты, следует проконсультироваться с врачом по поводу целесообразности проведения исследования на фоне приема препаратов или возможности отмены приема препарата перед исследованием. Длительность отмены определяется периодом выведения препарата из крови.

Алкоголь – исключить прием алкоголя накануне исследования.

Курение – не курить минимально в течение 1 часа до исследования.

Исключить физические и эмоциональные стрессы накануне исследования.

После прихода на сдачу анализов – отдохнуть (посидеть) 10-20 минут перед взятием проб крови.

При контроле лабораторных показателей в динамике рекомендуется проводить повторные исследования в одинаковых условиях: в одной лаборатории, сдавать кровь в одинаковое время суток и т.д.

### **Подготовка к ФГС**

Несмотря на то, что этот процесс довольно неприятный, при соблюдении всех рекомендаций доктора, который будет его проводить, можно избежать плохих ощущений. Существует ряд рекомендаций, которые необходимо соблюдать во время подготовки к процедуре:

1. Ужин должен быть очень легким, и желательно за 4 часа до ночного сна;
2. За 8 часов до процедуры есть категорически запрещается, так как любой прием пищи непосредственно перед ФГС может спровоцировать приступ рвоты, из-за которого исследование будет невозможно и придется назначать его на другой день;
3. Нельзя курить, особенно перед процедурой, так как курение обостряет рвотные рефлексы, а также провоцирует выработку желудочной слизи, из-за которой исследование может занять больше времени;
4. Нельзя принимать лекарства, а в частности таблетки, которые необходимо глотать;

Перед ФГС допускается проведение следующих действий, если это очень необходимо:

1. Разрешается прием лекарственных препаратов, которые не нужно глотать. Обычно это таблетки для рассасывания под языком;
2. Можно делать инъекции, которые после процедуры сделать невозможно.

Отдельно стоит поговорить о вечернем приеме пищи перед ФГС, то есть об ужине. Он должен быть исключительно из легких продуктов, которые способны быстро перевариться в желудке. Обычно рекомендуют скушать кусочек рыбы с овощами, или же кусочек вареной куриной грудки с небольшой порцией гречки, желательно хорошо разваренной. Также, за пару дней до ФГС нужно исключить острые блюда, а также воздержаться от употребления алкогольных напитков. К продуктам, которые нельзя употреблять даже за 10 или 12 часов до исследования относят:

- Шоколад или шоколадные конфеты
- Семечки, как тыквенные, так и подсолнечные
- Орехи
- Свежие овощи

### **Подготовка к УЗИ органов брюшной полости**

Продукты, которые не следует есть при подготовке к УЗИ органов брюшной полости:

- бобовые;
- молочные продукты;
- кондитерские изделия и сладкое;
- черный хлеб;
- сырые овощи и фрукты;
- жирное мясо;
- квашеная капуста;
- крепкий кофе, алкоголь, соки.

Принимать пищу в течение дня лучше чаще, но меньшими порциями (4-5 раз оптимальный вариант). Питьевой режим обычный.

Непосредственно перед исследованием запрещается принимать пищу в течение 8-12 часов, пить воду тоже не рекомендуется. Обычно УЗИ проводится утром, в таком случае последний прием пищи – это ужин.

Но исследование может проводиться и в дневное время. Тогда пациенту разрешается позавтракать не менее чем за 6 часов до процедуры.

Если вы принимаете лекарства. Подготовка к УЗИ органов брюшной полости не подразумевает прекращения лечения, но стоит предупредить об этом как врача, направляющего вас на исследование, так и врача ультразвуковой диагностики.

Не рекомендуется проводить УЗИ брюшной полости сразу после рентгеноконтрастного исследования ЖКТ (например, после ирригоскопии, гастрографии), а также после эндоскопического исследования (ФГДС, колоноскопия). Если же такие исследования проводились, нужно обязательно уведомить о них врача ультразвуковой диагностики.

Перед УЗИ брюшной полости не рекомендуется жевать резинку, сосать леденцы. Курить также нежелательно, так как это может привести к спазму желудка и в итоге к неправильному диагнозу.

Если пациент регулярно принимает лекарственные препараты, отменять лечение в связи с УЗИ нельзя, но следует уведомить о принимаемых лекарствах врача. Не рекомендуется принимать спазмолитики перед исследованием.

Особенности подготовки к к УЗИ брюшной полости у детей:

- дети до 1 года — по возможности пропустить одно кормление, можно подойти перед следующим кормлением (т. е. не кормить 2 — 4 часа); не пить за 1 час до исследования.
- дети от 1 года до 3 лет — не есть в течение 4 часов; не пить за 1 час до исследования.
- дети старше 3 лет — не есть не менее 6-8 часов; не пить за 1 час до исследования.

На УЗИ желательно принести результаты предыдущих ультразвуковых исследований, если они были. Это поможет врачу оценить динамику изменений.