

**Подготовка
к лабораторным
методам
исследования**

ООО «АмурМед»

СПЕРМОГРАММА.

Подготовка пациента к проведению исследования СПЕРМОГРАММА.

Спермограмма – это исследование семенной жидкости, которое позволяет оценить фертильный потенциал мужчины и диагностировать ряд заболеваний мужской мочеполовой системы.

Анализ спермограммы позволяет подсчитать количество половых клеток, определить объем живых и погибших сперматозоидов, оценивает подвижность, наличие аномалий строения и т.д. Отклонения от нормы в данных анализа грозят развитием бесплодия, зачатия ребенка с проблемами в здоровье.

Для получения достоверных результатов к анализу важно правильно подготовиться.

1. Эякулят должен быть получен после полового воздержания в течении 3-х дней, на 4-й день сдачи анализа.
2. Для первичной оценки эякулята рекомендуется провести 2 исследования с интервалом не менее 7 дней и не более 3 недель.
3. Период полового воздержания при нескольких исследованиях рекомендуется сохранять одинаковым для снижения колебаний в показателях спермограммы.
4. Перед исследованием спермограммы не употреблять алкоголь в течение 6-7 дней в любых количествах, так же следует исключить: острую пищу, пряности, кофе, шоколад, какао.
5. Исключить прием лекарственных средств и витаминов (препараты, которые принимаются по жизненным показаниям, можно отменять только после консультации врача).
6. Необходимо отказаться от исследования эякулята, если в течение 7-10 дней перед анализом были простужены или другие острые заболевания, проходившие с лихорадкой.
7. После массажа простаты исследование эякулята следует отложить.
8. Накануне сдачи эякулята необходимо исключить тяжелые физические нагрузки, конфликтные ситуации. Ночью, перед сдачей анализа рекомендуется обеспечить полноценный отдых.
9. Эякулят получают путем мастурбации и собирают в стерильную емкость, которая выдается в клинике.
10. Не рекомендуется для получения эякулята использовать прерванный половой акт, т.к. может быть потеряна первая порция эякулята, в которой концентрация эякулятов больше.

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СДАЧИ КРОВИ.

Как правильно подготовиться к исследованиям крови.

Исследование крови:

- Биохимическое исследование крови
- Гормоны крови
- Функция щитовидной железы
- Половые гормоны
- Онкомаркеры
- Система гемостаза крови

Памятка подготовки к исследованиям

Исследования крови:

1. По возможности рекомендуется сдавать кровь в первой половине дня, натощак. При необходимости можно сдавать кровь в течение дня, не ранее, чем через 3 часа после приема пищи.
2. За 1-2 дня до исследования не рекомендуется употреблять жирную пищу и алкоголь.
3. В день исследования за 2-3 часа до процедуры питьевой режим: только вода в обычном объеме, нельзя пить чай, кофе, сок и др. напитки.
4. За 1 час до исследования исключить физическое и эмоциональное напряжение, курение.
5. В день исследования прием лекарственных препаратов необходимо согласовать с лечащим врачом.
6. Нельзя сдавать кровь сразу после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования, рентгенологического и ультразвукового исследований, массажа и других медицинских процедур.
7. Рекомендуется максимально ограничить физические нагрузки, переохлаждение и перегревание.

Очень важно придерживаться указанных рекомендаций, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты!

Общие правила применимы ко всем анализам, но для некоторых исследований требуется специальная подготовка и дополнительные ограничения. Очень важно точно следовать указанным ниже рекомендациям, т.к. только в этом случае будут получены достоверные результаты исследований.

➤ Биохимическое исследование крови:

Название исследования	Подготовка пациентов
Мочевина, мочевая кислота	За 2-3 дня до исследования рекомендуется отказаться от употребления печени, почек и максимально ограничить в рационе мясо, рыбу, кофе, чай.
Холестерин, триглицериды, липопротеины высокой и липопротеины низкой плотности	<ul style="list-style-type: none"> - Анализ сдается строго натощак (12-14 часов голодания). - За 1-2 дня до предполагаемого исследования не употреблять жирную, жареную пищу. - За 2 недели до исследования необходимо отменить препараты, понижающие уровень липидов в крови (строго по согласованию с врачом).
Глюкоза	Строго натощак (12-14 часов голодания). Употребление любых напитков кроме чистой воды исключить. Утром исключить прием контрацептивов, мочегонных средств (по согласованию с врачом).
Система гемостаза крови: Фибриноген, Протромбин, Тромбиновое время, Д-димер	<p>Рекомендовано сдавать кровь в первой половине дня, натощак.</p> <p>Чистую воду можно пить в обычном режиме.</p> <p>При необходимости можно сдавать кровь в течение дня, не ранее чем через 3 часа после приема пищи.</p>

✓ Глюкозотолерантный тест (ГТТ)

В течение 3-х дней, предшествующих дню проведения глюкозотолерантного теста, необходимо придерживаться обычного режима питания без ограничения углеводов (не менее 150 г углеводов в день).

Последний прием пищи также должен обязательно содержать 30-50 г углеводов.

Избегать интенсивной физической нагрузки в течение 12 часов перед началом теста.

Лекарственные препараты следует принимать после проведения анализа.

Во время ГТТ берется две или три пробы крови.

1-я проба

Строго натощак (после 12 часов ночного голодания, но не более 16 часов).

Во время тестирования можно потреблять только воду (негазированную) до 300 мл.

Исключить прием пищи, курение, максимально ограничить физические нагрузки (нельзя активно ходить, необходимо оставаться вблизи от места проведения анализа).

2-я и 3-я проба

В течение 2-5 минут выпивается 75 г безводной глюкозы (стандартная упаковка), разведенные в 250-300 мл теплой (37-40°C) питьевой негазированной воды. Глюкоза выдается в кабинете забора крови.

Через 1 час после приема глюкозы повторно берется кровь для исследования уровня глюкозы.

Через 2 часа после приема глюкозы также берется кровь для определения уровня глюкозы.

Очень важно придерживаться указанных рекомендаций, так как только в этом случае будут получены достоверные результаты!

➤ **Гормоны крови:**

Все исследования крови на гормоны для большей достоверности и возможности сравнительной оценки результатов рекомендуется проводить не однократно, а в динамике.

Повторные исследования проводятся в одно и то же время суток через 2-3 недели. Анализ результатов исследований, выполненных в динамике, более информативен как в диагностическом, так и в прогностическом отношении.

Название исследования	Подготовка пациентов
Функция щитовидной железы ТТГ, свТ4, свТ3, Т4, Т3, Тиреоглобулин, Анти-ТПО и пр.	Можно сдавать кровь в течение дня, не ранее, чем через 3 часа после приема пищи или утром натощак, до приема лекарственных препаратов. Чистую воду можно пить в обычном режиме.
Половые гормоны ФСГ (фолликулостимулирующий гормон), ЛГ (лютеинизирующий гормон), Эстрадиол (Е2), Антимюллеров гормон, Ингибин В	Гормоны репродуктивной системы необходимо сдавать строго по дням цикла. Исследование проводится на 3-5 день менструального цикла.
Прогестерон	Исследование проводится на 19-23 день менструального цикла.
Пролактин	Исследование проводится на 3-5 день менструального цикла.

Исключить физические нагрузки и стрессы перед исследованием, пальпацию молочных желез и половые контакты накануне, за 1 час не курить.

➤ Онкомаркеры:

При плановом обследовании – предпочтительно утром, натощак, после ночного периода голодания 8-12 часов, допускается выдержать 4 часа после последнего приема пищи.

Название исследования	Подготовка пациентов
Простатический специфический антиген – ПСА (общий, свободный)	<ul style="list-style-type: none">✓ ПСА общий, ПСА свободный, 2про ПСА сдается строго до массажа простаты, ТРУЗИ.✓ 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	<ul style="list-style-type: none">✓ Более информативно сдавать анализ через 2-3 дня после окончания менструации.✓ В менопаузе рекомендуется сдавать анализ ежегодно.✓ Исключить из рациона жирное, соленое и жареное за 24 часа до сдачи анализа.✓

ИССЛЕДОВАНИЕ МОЧИ.

✓ Сбор разовой порции мочи:

Как правильно подготовиться.

- Рекомендуется сбор мочи в утренние часы.
- За 10-12 часов до исследования не рекомендуется употреблять алкоголь, острую и соленую пищу, а также пищевые продукты, изменяющие цвет мочи (свекла, морковь). Питьевой режим обычный.
- Прием лекарственных препаратов необходимо согласовать с лечащим врачом.
- По возможности исключить прием мочегонных препаратов.
- Женщинам не рекомендуется сдавать анализ мочи во время менструации.
- Перед сбором мочи провести тщательный туалет наружных половых органов.
- Исключением из этих правил являются исследования, которые проводятся по назначению врача в любое время при необходимости.

Соберите примерно 50 мл утренней мочи в контейнер. Для правильного проведения исследования при первом утреннем мочеиспускании небольшое количество мочи (первые 1 — 2 сек.) выпустить в унитаз, а затем, не прерывая мочеиспускания, подставить контейнер для сбора мочи, в который собрать приблизительно 50 мл мочи.

Сразу после сбора мочи плотно закройте контейнер завинчивающейся крышкой.

Доставить пробирку с мочой в лабораторию необходимо в течение дня.