

# **ПРАВИЛА ПОДГОТОВКИ К ДИАГНОСТИЧЕСКИМ ИССЛЕДОВАНИЯМ**

## ***Правила подготовки к УЗИ***

**Информация о подготовке к УЗИ представлена для повышения диагностической точности результатов исследования. При правильной подготовке визуализация тканей становится чётче и качество метода значительно выше.**

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

1. За 1 - 2 дня до обследования рекомендуется исключить из рациона продукты, усиливающие газообразование в кишечнике: сырые овощи, богатые растительной клетчаткой, цельное молоко и молочные продукты, чёрный хлеб, бобовые, газированные напитки, фруктовые соки, а также высококалорийные кондитерские изделия - пирожные, торты.
2. УЗИ органов брюшной полости необходимо проводить утром, натощак (не пить, не есть).
3. Если исследование назначено после 13:00 часов - допускается лёгкий завтрак, но не менее, чем за 6 часов до исследования с исключением вышеперечисленных продуктов, а также жиров и яиц.
4. Не рекомендуется также курить до исследования.
5. Если вы принимаете лекарственные средства, предупредите об этом врача УЗИ. Нельзя проводить исследование после гастро- и колоноскопии.

### **Подготовка к УЗИ органов малого таза**

В медицинских офисах УЗИ органов малого таза у женщин проводится двумя методами:

- трансабдоминальным (только у девственниц). Исследование данным методом 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. Накануне исследования необходима очистительная клизма;
- трансвагинальным (в остальных случаях). Специальной подготовки к исследованию не требуется. Необходимо учитывать, что наполненный мочевой пузырь в данном случае мешает проведению исследования и требует опорожнения. Данное исследование используется и для определения беременности на ранних сроках.

### **Подготовка к УЗИ предстательной железы**

УЗИ предстательной железы проводится двумя методами:

- трансабдоминальным — 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;
- трансректально (ТРУЗИ) — данный метод должен быть основным при обследовании предстательной железы. Для ТРУЗИ наполнения мочевого пузыря не требуется. Накануне исследования необходима очистительная клизма.

### **Подготовка к УЗИ мочевого пузыря**

Накануне и в день исследования из пищи исключить молоко, черный хлеб, фрукты и овощи в свежем виде, фруктовые соки. Данное 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.

### **Подготовка к УЗИ молочных желез**

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

Не требуют специальной подготовки

- УЗИ щитовидной железы
- УЗИ почек

### **УЗИ ПРИ БЕРЕМЕННОСТИ 5-8 недель.**

УЗИ проводят для подтверждения факта беременности и определения места имплантации (прикрепления) плодного яйца. По наличию сердечных сокращений (определяются с 5-7 недель беременности) и по двигательной активности (первые движения – на сроке 8-9 недель) дается заключение о жизнеспособности эмбриона. На этом сроке не может быть и речи об измерении параметров. Измеряют диаметр плодного пузыря и копчико-теменной размер плода, смотрят состояние хориона (будущей плаценты) и вод. Если возникают вопросы, через 3-5 дней назначается еще одно УЗИ.

УЗИ ПРИ БЕРЕМЕННОСТИ 10-12 недель УЗИ нужно для подтверждения прогрессирующей беременности и уточнения срока. В это время срок беременности и предполагаемую дату родов (ПДР) можно определить с точностью до 2-3 дней. Далее погрешность при определении ПДР будет выше. Врач измеряет размер воротниковой зоны (толщину мягких тканей в области шеи) для исключения хромосомных заболеваний и определяет место прикрепления плаценты, количество и качество вод, а также выявляет возможные признаки осложнений (гипертонус матки, отслойка плаценты, истмико-цервикальная недостаточность).

УЗИ ПРИ БЕРЕМЕННОСТИ 22 недели. 20-24 недели- важный, скрининговый срок, когда основное внимание при УЗИ уделяют выявлению/исключению пороков развития, определяют, соответствует ли размер плода предполагаемому сроку беременности, исследуют состояние вод и плаценты.

УЗИ ПРИ БЕРЕМЕННОСТИ 30-32 недели. Объекты исследования те же. Еще оценивают двигательную активность плода и дополнительно проводят доплеровское исследование, которое нужно для оценки интенсивности маточно-плацентарного и фетоплацентарного кровотока.

УЗИ ПЕРЕД РОДАМИ. Могут делать УЗИ для определения массы будущего малыша, его состояния, положения, выявления возможного обвития пуповиной.

# Как подготовиться к анализу крови: основные правила

Некоторые виды исследований крови (биохимический анализ, анализ крови на гормоны) требуют специальной подготовки. Но есть и общие правила подготовки к сдаче анализа крови. Их и рассмотрим.

1. Анализ крови необходимо сдавать утром. Так как гормональные и биохимические показатели подвержены суточным колебаниям, а референтные значения – среднестатистические данные, полученные при заборе крови в утреннее время.
2. Кровь сдаётся натощак. Вечером, накануне анализа крови, нежелательно употреблять тяжёлую, жареную и жирную пищу. Между ужином и забором крови должно пройти не менее 8, но и не более 14 часов. Пить в этот промежуток времени можно только негазированную воду. Такая подготовка к анализу крови обусловлена тем, что пища, всасываясь в кишечник, оказывает не только прямое влияние на достоверность результата, но и косвенное – изменяется уровень гормонов, появляется мутность пробы из-за повышенного количества жировых частиц.
3. Не рекомендуется сдавать анализ крови, если вы принимаете лекарственные препараты, так как это может исказить результаты тестов. Обязательно сообщите врачу, направившему вас на анализ крови, что вы принимаете лекарства. Возможно, врач порекомендует отказаться от приёма препарата на некоторое время, достаточное для того, чтобы организм от него очистился (10-14 дней). Если необходимо сдать кровь для оценки эффективности пройденного лечения, то это нужно делать не ранее чем через 7-14 дней после последнего приёма лекарственного препарата.
4. При подготовке к сдаче анализа крови категорически запрещено употреблять алкоголь за день до исследования. Так как алкоголь оказывает влияние на процессы метаболизма в организме, что может отразиться на достоверности результатов анализа.
5. Не курить в течение часа до забора крови, потому что курение воздействует на секрецию биологически активных веществ.
6. Подготовка к анализу крови предполагает воздержание от сильных эмоциональных и физических нагрузок, чтобы избежать биохимических и гормональных перестроек и, как следствие, искажения результата анализа.
7. Нежелательно сдавать кровь после инструментального обследования, физиотерапевтических или других медицинских процедур. Так как они могут вызвать изменение некоторых лабораторных параметров.
8. Если необходимо несколько раз подряд сдать анализ крови, чтобы проконтролировать лабораторные показатели в динамике, то для получения истинных результатов все анализы надо сдавать в одно и то же время суток, в одной лаборатории, с одинаковой подготовкой к анализу крови.
9. Перед забором крови рекомендуется успокоиться и отдохнуть, например, посидеть в коридоре лаборатории 10-15 минут

## ПОДГОТОВКА К ФГДС

Чтобы процедура доставила минимум дискомфорта и дала точные результаты, пациенту нужно грамотно подготовиться к ее проведению. За неделю до диагностики необходимо исключить из рациона все продукты, которые способны вызывать раздражение слизистой, исключить употребление алкоголя и не курить. Это позволяет добиться нормального уровня кислотности и облегчит выполнение ФГДС. Перед ФГДС нужно отказаться от вредных привычек. Некоторые лекарственные препараты могут негативно сказаться на состоянии ЖКТ и исказить результаты диагностики, поэтому от приема медикаментов следует по возможности отказаться, или заменить их другими после консультации с лечащим врачом. Можно делать инъекции или принимать препараты в форме капель. По поводу приема препаратов лучше проконсультироваться с врачом. Накануне исследования нельзя употреблять пищу. В норме она выводится из желудка на протяжении 8 часов, но семечки, овсянка, орехи, шоколад и другие трудноперевариваемые продукты сохраняются в полости на протяжении нескольких суток, что затруднит проведение диагностики. Овсянка и шоколад — продукты, которые стоит исключить из рациона за несколько дней до ФГДС. Если ФГДС назначена на утро, ужинать можно не позже 18-20 часов вечера, причем блюда должны быть легкими и питательными (гречневая каша, куриное мясо, тушеные овощи). Гречка с курицей — оптимальное блюдо на ужин перед процедурой. Иногда диагностику назначают на вторую половину дня — тогда пациент может съесть легкий завтрак, но промежуток между трапезой и процедурой должен составлять не менее 8 часов. Пить любые напитки, в том числе воду, также запрещается: рекомендуемый интервал между употреблением питья и ФГДС — 5 часов. Пить воду можно за 5 часов до процедуры. Немаловажную роль играет и психологический настрой — ФГДС представляет собой неприятную процедуру, но ее следует перетерпеть ради собственного здоровья. Нужно морально подготовиться к процедуре и максимально успокоиться.

## **Подготовка к обследованию холтеровское мониторирование.**

Какой-то сложной специальной подготовки не требуется.

Но мы рекомендуем вам принять душ незадолго до процедуры, так как во время обследования этого делать нельзя будет (электроды и прибор нельзя мочить).

Кроме того, предупредите врача, если вы принимаете какие-либо медикаменты.