

# Подготовка к исследованиям

## АНАЛИЗЫ КРОВИ

### Общие рекомендации по сдаче анализов крови

Следует уделить внимание своему рациону питания: за 2-3 дня до сдачи анализов отказаться от приема жирной пищи и алкоголя.

Рекомендуется ограничить тепловые процедуры (например, баню) и активные физические нагрузки (тренировки и прочее).

Лучше не проходить какие-либо процедуры или исследования (рентген, физиотерапия, УЗИ и прочее).

Не следует сдавать анализ на фоне приема лекарственных препаратов. Следует либо отложить прием таблеток на время после сдачи анализа, либо сдавать анализ через 10-14 после окончания приема препаратов. Отмена приема лекарств перед анализом, в случае, если вы проходите курс лечения, проводится по согласованию с лечащим врачом.

Не рекомендуется употребление чая и кофе накануне сдачи анализа, так как эти напитки могут оказывать влияние на результат исследования.

Следует воздержаться от курения как минимум за 1 час до взятия крови.

### Общий анализ крови

Общий анализ крови сдается натощак, нельзя употреблять пищу как минимум 5 часов до сдачи анализа

### Биохимические анализы крови

#### Мочевая кислота, мочевины:

- утром, натощак;
- за несколько дней до анализа сократить в рационе богатую азотом пищу (низкопуриновая диета): печень, мясо, рыба, кофе, чай, шоколад.

**Холестерин, липопротеины, липидный профиль** (триглицериды, холестерин общ., холестерин-ЛПВП, холестерин-ЛПНП, холестерин-ЛПОНП, аполипопротеин A1, аполипопротеин B, липопротеин (а)):

- утром, строго натощак (не менее 12 часов после последнего приема пищи, разрешено питье воды);
- накануне избегать пищевых перегрузок.

#### Глюкоза:

- утром, строго натощак (не менее 8 часов после последнего приема пищи);
- не рекомендуется чистить зубы с зубной пастой и жевать резинку, разрешено питье воды.

### ФГС или ФГДС

за 2-3 дня до исследования необходимо исключить алкоголь.

За 12 часов (минимум 8 часов) до исследования необходимо исключить прием пищи.

За 8 часов до исследования необходимо минимизировать прием жидкости (чистая негазированная вода). За 4 часа до исследования необходимо полностью прекратить употребление жидкости.

Накануне процедуры необходимо есть лёгкую пищу (исключить жирную, жаренную, копченую, острую, маринованную еду, свежие фрукты и овощи).

Почистите зубы не позже, чем за 2 часа до исследования.

Перед исследованием отказаться от курения, хотя бы за 2 часа.

В рамках подготовки к гастроскопии длительная диета не предусмотрена. Активная подготовка начинается накануне манипуляции. В этот день можно питаться в обычном режиме, исключив из рациона продукты, которые тяжело перевариваются и стимулируют газообразование в кишечнике.

Обед и ужин не должны содержать жирную, жаренную, копченую, маринованную, острую пищу:

- жирные сорта рыбы и мяса;
- сыр и творог с большим процентом жирности;
- цельное молоко, сметану, сливки;
- свежий хлеб и сдобную выпечку;
- маринованные и консервированные продукты;
- колбасные изделия и копчености;
- соусы, майонез;
- орехи;
- пряности;
- блюда из бобовых;
- сырые овощи, фрукты, ягоды.

Также рекомендовано исключить употребление кофе, молока, газированных и алкогольных напитков.

Можно есть легкие супы, яйца, нежирные сорта рыбы и мяса, кисломолочные продукты (нежирные йогурты, творог, кефир), овощи, которые прошли температурную обработку (исключение капуста), подсушенный хлеб, галетное печенье. Пить можно негазированную воду и травяные чаи.

Исследование желудка проводят строго натощак. Для этого нужно организовать полный покой пищеварительному тракту на протяжении 12 часов (минимально 8 часов).

- Если ФГДС проходит утром или днём (до 15:00), вечером перед исследованием разрешен легкий ужин. Далее необходимо воздержаться от приемов пищи.
- Если ФГДС назначена на послеобеденное время (после 15:00), правила подготовки к исследованию несколько меняются. Во избежание плохого самочувствия пациент может организовать легкий перекус пищи утром. Важно, чтобы завтрак состоялся не позднее, чем

за 8 часов до начала манипуляции. Можно съесть обезжиренный йогурт, выпить травяной чай с добавлением меда.

Нарушение этого правила чревато сильной тошнотой в процессе исследования, рвотой и крайне неприятными ощущениями. Также информативность исследования резко снижается.

## КОЛОНОСКОПИЯ

Первым этапом стандартной подготовки является изменение характера питания. Пациенту рекомендуется употреблять только легкоусвояемую рафинированную пищу. Поэтому за 3 дня до исследования обязательно соблюдение бесшлаковой диеты.

### Можно

Яйца, сыр, сметана, сливочное масло, йогурт и кисломолочные продукты без добавок и наполнителей

Мясо, птица, рыба нежирных сортов (в отварном, паровом или тушёном виде)

Сахар, мёд (не в сотах)

Бульоны (прозрачные, процеженные, чай, вода, безалкогольные неокрашенные напитки.

Разрешенные продукты и жидкости не должны содержать мелкие косточки, зёрна, семена, отруби

### Нельзя

Овощи в любом виде, в том числе картофель, зелень, грибы, морская капуста.

Все хлебобулочные, мучные и макаронные изделия

Крупы, каши, бобовые, злаковые, орехи, семечки, кунжут, мак, зёрна, отруби и другие семена, специи

Жёсткое мясо с хрящами, сосиски, колбасы, консервы, морепродукты

Фрукты, ягоды, в том числе сухофрукты, варенье, джем, мармелад, желе

Чипсы, гамбургеры, шоколад

Алкоголь, газированные напитки, кофе, компот, кисель

Вечером накануне процедуры и в день самого исследования от приема пищи следует воздержаться совсем. Если пациент страдает хроническими запорами, то диету следует начинать раньше (за 5-6 дней).

Диета перед исследованием обязательна всегда. Следующим этапом стандартной подготовки является подключение препаратов для промывания кишечника, которые представляют собой сбалансированный электролитный раствор.

Рекомендованная схема подготовки к исследованию с помощью препарата ФОРТРАНС

Растворить 3-4 пакетика препарата (1 пакетик на 1 л кипяченой воды).

Если обследование утром до 12-00

- Накануне обед до 15-00 (не ужинать);
- с 18-00 выпить 3 пакета Фортранса (растворить в 3 л воды), выпить в течение 3 часов.

Если обследование после 12-00, подготовка в 2 этапа:

- Накануне легкий ужин без твердой пищи до 18-00;
- В 20-00 начинать пить первую порцию по 200 мл каждые 10 мин;
- В 06-00 пьется вторая порция раствора в течение 30 мин.

При подготовке фортрансом можно пить только воду!

### **Рекомендованная схема подготовки к исследованию с помощью препарата**

#### **МОВИПРЕП**

В коробке 4 саше - 2 саше А и 2 саше Б

Если обследование утром до 12-00 Накануне обед до 15-00, (не ужинать)

- Развести А+Б в 1 литре воды и выпить в течение часа - перерыв 1 час, в течение которого выпить 500 мл воды
- Развести А+Б в 1 литре воды и выпить в течение одного часа. Можно пить бульон или кисель.

Если обследование в 12-00 и позже Подготовка в 2 этапа:

- Развести А+Б в 1 литре воды и выпить в течение часа - затем выпить 500 мл воды. Можно пить бульон или кисель.
- Утром в 06-00 развести А+Б в 1 литре воды и выпить за 30 мин. После этого больше ничего не пить!

### **Рекомендованная схема подготовки к исследованию с помощью препарата ЭЗИКЛЕН (2 флакона, вкус ягодного морса)**

В течении 3 дней соблюдать бесшлаковую диету

Если обследование утром до 13-00, накануне обед до 15-00, (не ужинать)

- в 18-00 Открыть один флакон , вылить в прилагаемую чашку, долить водой до уровня метки, выпить в течении часа. В течении следующего часа необходимо выпить 2 и более чашки воды или другой прозрачной жидкости до метки)
- в 20-00 Открыть второй флакон , вылить в прилагаемую чашку, долить водой до уровня метки, выпить в течении часа. В течении следующего часа необходимо выпить 2 и более чашки воды или другой прозрачной жидкости до метки)

Если обследование с 13-00 до 18-00, Накануне обед до 15-00, (не ужинать)

- в 18-00 Открыть один флакон , вылить в прилагаемую чашку, долить водой до уровня метки, выпить в течении часа. В течении следующего часа необходимо выпить 2 и более чашки воды или другой прозрачной жидкости до метки)
- в 7-00 Открыть второй флакон , вылить в прилагаемую чашку, долить водой до уровня метки, выпить в течении часа. В течении следующего часа необходимо выпить 2 и более чашки воды или другой прозрачной жидкости до метки)

### **Рекомендованная схема подготовки к исследованию с помощью препарата КОЛОКИТ (в таблетках)**

Рекомендованная 2-х этапная схема приема препарата, если процедура назначена с 10.00 и позже:

Вечером, накануне обследования

В 20.00 принять по 4 таблетки запивая 250 мл воды или любой другой прозрачной жидкостью (чай, сок без мякоти, компот без ягод, бульон, кофе), каждые 15 минут в течении 1 часа 15 минут (всего 5 приемов, общее количество таблеток 20 штук, количество жидкости не менее 1250 мл., можно больше).

В день обследования (начать за 5 часов до процедуры):

Принять по 4 таблетки запивая 250 мл воды (или любой другой прозрачной жидкостью), каждые 15-20 минут в течении 30-40 минут (всего 3 приема, общее количество таблеток 12 штук, количество жидкости не менее 750 мл.).

После последнего приема таблеток, опорожнение кишечника заканчивается через 2,5 часа. Схема приема если процедура назначена на раннее утро (готовимся в один день накануне исследования).

В 16:00: Принять по 4 таблетки запивая 250 мл воды или любой другой прозрачной жидкостью (чай, сок без мякоти, компот без ягод, бульон, кофе), каждые 15 минут в течении 1 часа 15 минут (всего 5 приемов, общее количество таблеток 20 штук, количество жидкости не менее 1250 мл., можно больше).

В 21:00: Принять по 4 таблетки запивая 250 мл воды (или любой другой прозрачной жидкостью), каждые 15 минут в течении 30 минут (всего 3 приема, общее количество таблеток 12 штук, количество воды не менее 750 мл.).

После последнего приема таблеток, опорожнение кишечника заканчивается через 2,5 часа.

### **Рекомендованная схема подготовки к исследованию с помощью препарата ПИКОПРЕП (обладает приятным апельсиновым вкусом)**

Если обследование утром до 13-00, накануне обед до 15-00, (не ужинать)

- с 16.00 до 18.00 одно саше растворить в жидкости 150 мл, размешивать в течение 2-3 минут, выпить содержимое стакана.
- после саше в течение нескольких часов пить не менее 5 стаканов по 250 мл. воды или прозрачной жидкости.
- с 22.00 до 24.00 еще одно саше растворить в жидкости 150 мл, размешивать в течение 2-3 минут, выпить содержимое стакана.
- после второй выпитой саше в течение нескольких часов пить не менее 3 стаканов по 250 мл. воды или прозрачной жидкости.

Если обследование с 13-00 до 18.00, накануне обед до 15-00, (не ужинать)

- вечером перед исследованием с 17.00 до 21.00 одно саше растворить в жидкости 150 мл, размешивать в течение 2-3 минут, выпить содержимое стакана.
- после саше в течение нескольких часов пить не менее 5 стаканов по 250 мл. воды или прозрачной жидкости.
- утром в день исследования (за 5 часов до) еще одно саше растворить в жидкости 150 мл, размешивать в течение 2-3 минут, выпить содержимое стакана.
- после второй выпитой саше в течение нескольких часов пить не менее 3 стаканов по 250 мл. воды или прозрачной жидкости.