

## Правила подготовки к диагностическим исследованиям

### Содержание:

1. Бактериологические исследования
  - Правила сбора грудного молока
  - Забор мочи у женщин
  - Отделяемое вульвы влагалища, шейки матки
  - Правила сбора мочи у мужчин
  - Секрет простаты
  - Правила сбора спермы
  - Мазки из зева
  - Мазок из носа
  - Правила сбора мокроты
  - Отделяемое конъюнктивы
  - Отделяемое поверхностных ран
  - Взятие крови при посеве на стерильность
2. Правила подготовки пациента к сбору секрета простаты.
3. Правила подготовки для гематологических исследований.

*Гематологические исследования — это комплекс лабораторных анализов, направленных на оценку количественного и качественного состава клеточных элементов крови.*
4. Правила подготовки к сдаче анализа крови на биохимические исследования
5. Правила проведения теста толерантности к глюкозе
6. Анализ кала на гельминтозы и протозойные инфекции.
7. Исследование соскоба на энтеробиоз. Метод пери анального соскоба липкой лентой по Грэхем.
8. Кал на скрытую кровь
9. Памятка для пациента по сбору мокроты
10. Рентгенологические исследования. Рентгенография поясничного отдела.
11. Ректороманоскопия подготовка. Подготовка к колоноскопии
12. Подготовка к ФГДС
13. Ультразвуковые исследования
14. УЗИ органов брюшной полости.
15. Подготовка к спирометрии.
16. Подготовка к фиброларингоскопии.
17. Подготовка к ЭКГ
18. Подготовка к Холтер, СМАД
19. Подготовка к аудиометрии.

## **Бактериологические исследования**

Сбор материала проводится до начала лечения антибактериальными, иммунобиологическими, противогрибковыми препаратами. При контроле лечения (после окончания курса лечения): без приема иммунобиологических препаратов — через 5–7 дней; с приемом иммунобиологических препаратов — не раньше чем через 14 дней.

Условия хранения и транспортировки набранного материала: Контейнеры с клиническим материалом хранятся при комнатной температуре +15–22 °С до двух часов; при температуре +2–8 °С — до 6 часов. Транспортировка материала в термоконтейнере без охлаждающих элементов (в летний период с охлаждающими элементами).

### **Бактериологические исследования урогенитальных выделений**

В течение трех суток исключить половые контакты. В течение трех суток исключить спринцевания и постановку внутривагинальных свечей, мазей, тампонов. Женщинам: материал нельзя сдавать во время менструации (только через три дня после ее окончания).

Мужчинам: в течение трех суток воздержаться от семяизвержения.

### **Бактериологические исследования инфицированных ран**

Накануне, за 6–8 ч (ночь) до забора материала, отменяют все медикаменты, процедуры, антибактериальные повязки.

### **Бактериологическое исследование грудного молока (приносной материал)**

Перед забором материала необходимо провести массаж плотных участков груди.

Перед сцеживанием молока тщательно помыть теплой кипяченой водой с мылом руки и молочные железы. Промокнуть стерильной салфеткой. Обработать соски и присосковой участок ватными тампонами (каждая железа обрабатывается отдельным тампоном), смоченными спиртом 70%, начиная с соска, затем присосковой участок. Дать спирту испариться в течение 1–2 минут. Для забора материала использовать стерильные контейнеры с завинчивающейся крышкой. Для забора материала необходимо взять два контейнера: в один собирают молоко с левой молочной железы, в другой — с правой молочной железы. Также необходимо:

Промаркировать контейнеры: «правая молочная железа» и «левая молочная железа». Открыть контейнер и крышки положить на контейнер, не трогать руками внутреннюю поверхность крышки и контейнера.

Сцедить первые 5–10 мл в отдельную посуду (поскольку эта порция молока непригодна для исследования), следующие 8–10 мл сцедить в стерильный контейнер, стараясь при этом не касаться контейнера.

Каждый контейнер с молоком плотно закрутить крышкой, поместить в отдельные чистые одноразовые пакеты с замком и немедленно доставить в лабораторный центр.

### **Бактериологическое исследование кала на дисбактериоз (приносной материал)**

Желательно за 2–3 дня до взятия пробы придерживаться диеты, исключающей прием продуктов, усиливающих процесс брожения в кишечнике, молочнокислых продуктов и алкоголь. Материал собирается в стерильный контейнер с завинчивающейся крышкой, в которую вмонтирована ложечка для сбора материала.

Собирают стул после дефекации — утренняя порция. Собирать кал из унитаза запрещено.

Кал собирают на стерильную поверхность (хорошо промытую с мылом и губкой, ополаскивают многократно водопроводной водой, а потом обдают кипятком и остужают). Запрещена обработка судна дезинфицирующими средствами. Кал берут преимущественно из средней порции специальной ложечкой, вмонтированной в крышку стерильного контейнера, в количестве не более 1/3 от объема контейнера (до 10 грамм — чайная ложка). Не заполняйте контейнер доверху. Контейнер плотно закручивается крышкой, пакуется в чистый одноразовый пакет с замком и доставляется в лабораторию не позднее двух часов с момента забора материала.

Внимание! Исследованию не подлежит: Материал, собранный из постельного белья, пеленок, подгузников (из-за потери влаги и искажения определенных показателей).

Заполненный доверху контейнер (угроза инфицирования воздушной среды при открытии контейнера в лаборатории).

### **Бактериологическое исследование спермы (приносной материал)**

В течение трех суток воздержаться от семяизвержения. Исключить тепловое влияние на область половых органов в течение суток — баня, сауна.

Перед взятием материала поверхность головки полового члена и область наружного отверстия уретры должны быть очищены. Для этого необходимо обмыть (отвернув крайнюю плоть) головку полового члена теплой кипяченой водой с детским мылом с помощью стерильного ватного тампона. Сполоснуть стерильной дистиллированной водой или физраствором. Просушить стерильной марлевой салфеткой.

Для получения стерильного материала контейнер для сбора материала должен быть закрыт крышкой. Крышка контейнера снимается непосредственно перед эякуляцией.

Во время получения эякулята нельзя трогать внутреннюю поверхность крышки и контейнера. Нужно постараться, чтобы грязь и микроорганизмы с кожи рук и полового члена не попали во внутреннюю среду контейнера.

После эякуляции нельзя отжимать в контейнер последние капли эякулята из уретры, стряхивать в контейнер капли эякулята, попавшие на руки или головку полового члена.

Материал, собранный в контейнер, доставить в лабораторию в течение двух часов.

### **Бактериологическое исследование мочи**

Необходимо провести тщательный туалет наружных половых органов. Катетеризация мочевого пузыря для бактериологического исследования не проводится, так как может привести к инфицированию мочеполовых путей.

Правила забора:

Провести тщательный туалет рук и внешних половых органов. Насухо вытереть бумажным или хлопчатобумажным полотенцем.

Для исследования отбирают среднюю порцию мочи в количестве 40–50 мл. Для этого необходимо небольшую первую порцию мочи спустить в унитаз и наполнить мочой контейнер (непрерывной струей). Всю остальную мочу также спустить в унитаз.

Правила сбора мочи в вакуумный контейнер. Клинический нативный материал хранится при комнатной температуре в течение двух часов.

### **Бакпосев на патогенную кишечную флору (кал)**

Желательно за 2–3 дня до взятия пробы придерживаться диеты, исключающей продукты, усиливающие процессы брожения в кишечнике, молочнокислые продукты и алкоголь.

Правила забора:

Собирают испражнения после дефекации — утренняя порция. Собирать кал из унитаза запрещено.

Кал собирают на стерильную поверхность.

Кал отобрать тампоном преимущественно из средней порции.

Открыть тубу с транспортной средой «Cary Blair» и поместить в нее тампон с образцом, плотно закрыть пробку, либо стерильный контейнер в размере не менее 2г.

Внимание! Исследованию не подлежит материал, собранный из постельного белья, пеленок, подгузников (из-за потери влаги и искажения определенных показателей).

### **Бактериологическое исследование материала из зева**

Мазок из зева собирают натошак или через 3–4 часа после приема пищи.

### **Бактериологическое исследование из носа**

Перед взятием мазков нельзя промывать носовые ходы.

### **Бактериологическое исследование мокроты (приносной материал)**

Для лучшего отхождения мокроты рекомендовано накануне исследования употреблять больше жидкости; если мокрота отходит плохо, пациенту накануне исследования дают отхаркивающие препараты или проводят ингаляцию физиологическим раствором.

Рекомендуется придерживаться следующих правил:

Забор материала проводится утром, натошак.

Исключить прием пищи, алкоголя, лекарственных препаратов, курение в течение четырех часов до момента сбора.

Перед проведением сбора мокроты пациент должен почистить зубы, десны, язык, слизистую оболочку щек зубной щеткой и прополоскать ротовую полость кипяченой водой.

Сделать три глубоких вдоха и энергично откашляться.

Материал собирается в разовый стерильный ударопрочный герметичный контейнер.

### **Правила подготовки пациента к сбору секрета простаты.**

1. Воздержание от половых контактов. За три–пять дней до процедуры следует исключить секс и мастурбацию.
2. Отказ от алкоголя. За два–три дня до анализа необходимо отказаться от алкогольных напитков, так как они могут повлиять на результаты исследования.
3. Ограничение физических нагрузок. За два дня до манипуляции нужно исключить интенсивные тренировки, езду на велосипеде и другие нагрузки на тазовую область.
4. Очистка кишечника. Утром перед процедурой желательно сделать очистительную клизму (особенно если есть склонность к запорам).
5. Гигиена половых органов. В день проведения исследования необходимо подмыться тёплой водой без агрессивных моющих средств.
6. Отказ от мочеиспускания за 1–2 часа до процедуры. Это позволяет накопить биоматериал в достаточном количестве.
7. Исключение раздражающей пищи. За сутки до анализа секрета простаты не рекомендуется есть острую, солёную и жирную пищу, так как она может повлиять на состав секрета.
8. Приём медикаментов. Если пациент принимает антибиотики, процедуру следует отложить до окончания курса, так как лекарства могут изменить микрофлору.
9. Сбор секрета простаты не проводят при некоторых заболеваниях простаты, например остром простатите с лихорадкой, туберкулёзе простаты, раке простаты, камнях в ткани простаты. Также процедура имеет ограничения при некоторых проктологических проблемах (хронический проктит и парапроктит, геморрой, анальные трещины).

### **Правила подготовки для гематологических исследований**

Правил подготовки:

1. Важным условием для лабораторных исследований является сдача крови натощак — 6–12-часовой период голодания. В день исследования допустимо употребление небольшого количества воды.
2. За 6–12 часов до исследования следует исключить прием алкоголя, курение, прием пищи, ограничить физическую активность.
3. Исключить прием лекарств. Если отменить прием лекарств невозможно, необходимо проинформировать об этом лабораторию.
4. Детей до 5 лет перед сдачей крови желательно поить кипяченой водой (порциями до 150–200 мл в течение 30 минут).
5. Для грудных детей — перед сдачей крови выдержать максимально возможную паузу между кормлениями.

### **Правила подготовки к биохимическому анализу крови**

1. Сдавать анализ натощак, желательно после 8–12 часов голодания.
2. Не употреблять алкоголь за 24 часа до сдачи анализа.
3. Не курить хотя бы за час до сдачи крови.
4. Избегать интенсивных физических нагрузок за день до анализа.

### **Правила проведения теста толерантности к глюкозе**

1. Прием лекарств следует обсудить с врачом, так как некоторые из них могут повлиять на результаты.
2. Диета и режим питания. За 3 дня до теста необходимо соблюдать обычный режим питания и придерживаться своего рутинного рациона с достаточным количеством углеводов (не менее 150 г в сутки). Исключение углеводов или низкоуглеводная диета могут исказить результаты теста.
3. Физическая активность. Важно сохранять привычный уровень активности за несколько дней до теста. Чрезмерные физические нагрузки или, наоборот, резкое ограничение активности могут повлиять на уровень глюкозы.
4. Ограничение приёма пищи. ГТТ проводится натощак. Необходимо воздержаться от еды минимум 8–12 часов до теста. Разрешается пить только чистую воду. Употребление кофе, чая (даже без сахара), алкоголя и курение запрещены, так как они могут повлиять на результаты.
5. Прием лекарственных препаратов. Некоторые препараты (например, глюкокортикостероиды, диуретики, бета-блокаторы) могут искажать результаты теста. По возможности, их прием стоит обсудить с врачом заранее, чтобы временно отменить или скорректировать дозу.
6. Период острых заболеваний и стресса. ОРВИ, инфекции, обострения хронических заболеваний могут повлиять на уровень глюкозы. При наличии симптомов болезни тест лучше отложить. Психологический стресс также может вызвать гипергликемию, поэтому в день теста следует избегать волнений.

### **Анализ кала на гельминтозы и протозойные инфекции.**

Для того чтобы анализ кала на яйца гельминтов и простейшие был максимально точным, необходимо соблюдать определенные правила и рекомендации:

1. Подготовка контейнера: используйте стерильный одноразовый контейнер с ложкой. Его можно приобрести в аптеке.
2. Сбор образца: Пробы в количестве не менее 2-5 г (3-5 мл) и не более 1/3 объема контейнера отбирают ложкой (фиксированной на крышке контейнера) с нескольких мест сразу после естественной дефекации (желательно на чистый лист бумаги или полиэтиленовую пленку).
3. При отборе избегать попадание в пробы слизи, мочи, выделений из половых органов, непереваренных кусочков пищи, а также химических реагентов, моющих и дезинфицирующих средств.
4. Хранение: следуйте инструкциям, предоставленным врачом или лабораторией, относительно времени и условий хранения образца.
5. Подготовка: перед сбором образца избегайте приема каких-либо лекарств или добавок, которые могут повлиять на результат. Подробности уточните у своего врача.

6. Избегайте приема препаратов, влияющих на перистальтику кишечника (слабительные, антидиарейные средства).
7. При хранении - избегать прямого солнечного света! Не замораживать!

### **Исследование соскоба на энтеробиоз.**

1. Процедура взятия соскоба проводится утром после пробуждения, до посещения туалета и подмывания. Потребуется специальный контейнер со шпателем. Сбор материала можно проводить дома самостоятельно или обратиться к медсестре.

### **Кал на скрытую кровь.**

Подготовка к сдаче кала на скрытую кровь имеет важное значение для получения точных результатов. Некорректная подготовка может привести к ложным результатам, как положительным, так и отрицательным. Кал на скрытую кровь - как подготовиться:

1. Диета. Не употребляйте мясные продукты (красное мясо, рыба, мясные продукты), поскольку они могут повлиять на результаты анализа и привести к ложным положительным результатам. Эти продукты содержат гемоглобин, который может «имитировать» кровь в кале. Избегайте употребления фруктов и овощей, содержащих большое количество пероксида (например, редька, капуста, помидоры, шпинат), так как они могут повлиять на точность теста. За 2 дня до сдачи анализа ограничьте потребление алкоголя и табакокурения, так как это может повысить уровень гемоглобина в кале.
2. Лекарства. Избегайте приема препаратов, содержащих железо, так как они могут привести к ложному положительному результату. Проконсультируйтесь с врачом, если вы принимаете антикоагулянты (например, аспирин), так как они могут повлиять на результаты исследования.
3. Сбор кала на скрытую кровь. Для анализа обычно требуется небольшое количество кала (обычно около 5-10 грамм). Важно правильно собрать материал: используйте стерильную ёмкость, чтобы избежать загрязнения образца.
4. Не сдавайте анализ, если у вас есть активное воспаление кишечника или диарея — подождите несколько дней до нормализации состояния, а также если в течение нескольких дней до сдачи анализа была проведена эндоскопия, лучше проконсультироваться с врачом о времени сдачи анализа.

### **Памятка для пациента по сбору мокроты:**

1. Собирать мокроту лучше утром натощак, до чистки зубов. Если сбор происходит днём и пациент уже успел перекусить, нужно прополоскать рот, чтобы остатки пищи не попали в мокроту.
2. Сделать несколько глубоких вдохов и выдохов, задержать дыхание и резко выдохнуть. Если в данный момент нет мокроты, повторить попытку через некоторое время.
3. Сплюнуть порцию мокроты в контейнер. Контейнер для сбора мокроты стерилен, и открывать его можно только при сплёвывании мокроты. Если вместо мокроты была собрана слюна, сбор мокроты следует повторить.

4. При затруднении отхождения мокроты несколько раз постучать себя в грудь, сделать дыхательные упражнения, сделать ингаляцию (на 1 литр горячей воды — 1 ст. ложку поваренной пищевой соды).
5. Плотно закрыть контейнер крышкой и вымыть руки.
6. Принести собранный образец мокроты в медучреждение.

#### **Некоторые рекомендации по подготовке к сбору мокроты.**

1. Перед сбором нельзя чистить зубы с пастой.
2. За 4 часа воздерживаться от использования жвачки или пастилок для горла.
3. Нежелательно курение в день исследования.
4. За 5 часов до процедуры врачи не рекомендуют применять препараты для орошения горла.
5. Анализ мокроты целесообразен до начала противомикробной терапии. Если пациент принимает антибактериальные препараты или иммуномодуляторы, то пройти процедуру можно будет в среднем только через 2 недели.

#### **Подготовка к рентгену.**

Подготовка к рентгенологическим исследованиям зависит от зоны тела, которая будет исследоваться, и особенностей заболевания. Точную информацию о подготовке к конкретному виду рентгенографии должен предоставить врач, направивший на исследование.

Общие принципы подготовки — удаление металлических предметов, которые могут исказить изображение, и в некоторых случаях — очистка кишечника для лучшей визуализации органов брюшной полости.

#### **Противопоказания**

Перед исследованием необходимо проконсультироваться с врачом, особенно если есть противопоказания. Некоторые из них:

1. Беременность (особенно в первом триместре) — рентгеновское излучение нежелательно для плода.
2. Металлические имплантаты в теле (например, кардиостимулятор, протезы) — могут взаимодействовать с рентгеновскими лучами и вызвать искажения на изображениях.
3. Аллергические реакции на контрастное вещество (если во время исследования используется контрастное вещество).

#### **Рекомендации**

1. Надеть удобную одежду, которую легко снять, избегать одежды с металлическими застёжками, пуговицами, молниями и украшениями в области исследования.
2. Снять все украшения (цепочки, серьги, пирсинг) в области исследования.
3. Взять с собой направление на рентген (если оно требуется), медицинскую карту или выписку из неё, а также результаты предыдущих рентгеновских исследований (если они есть) для сравнения.

#### **Диета**

1. В некоторых случаях может потребоваться диета для уменьшения газообразования. Например: За 3 дня до исследования исключить из рациона продукты, которые

вызывают брожение и способствуют образованию газов: бобовые, капусту, сдобу, пшеничный и ржаной хлеб, газированные напитки, молоко.

2. За 6–8 часов до процедуры воздержаться от еды и питья (обычно за 6–8 часов).
3. Очистить кишечник с помощью двух клизм: одна ставится вечером перед исследованием, другая — утром, за 1–3 часа до процедуры. Если невозможно очистить кишечник с помощью клизмы, можно принять слабительное или использовать микроклизму.

### **Медикаменты**

1. Если принимаются какие-либо лекарства, уточнить у врача, нужно ли их отменять перед исследованием. Например, перед рентгенографией с контрастом (с использованием йодсодержащих препаратов) рекомендуется принимать противоаллергические препараты в течение нескольких дней до исследования.

### **Подготовка к рентгену поясничного отдела позвоночника**

Требуется тщательная подготовка, так как на рентгеновских снимках будут отображаться не только тазовые кости, но часть внутренних органов брюшной полости и малого таза:

1. За три дня до исследования необходимо исключить из рациона газообразующие продукты: капуста, картофель, горох (бобовые), черный хлеб, молоко, сырые овощи, газированные напитки, чай, кофе, алкоголь.
2. В дни подготовки необходимо принимать по 2 таблетки активированного угля (или его аналогов) 3 раза в день.
3. Последний прием пищи накануне исследования не позднее 18 часов.
4. Если исследование утром - прийти натощак, если исследование во второй половине дня - допускается легкий завтрак и неполный обед (исключая овощи, черный хлеб, молоко).
5. Непосредственно перед манипуляцией пациент снимает с себя металлические предметы одежды, аксессуары, часы, очки. Заранее сообщите специалисту о наличии в организме титановых имплантов.
6. Если обстоятельства требуют немедленной диагностики, в подготовительных мероприятиях нет необходимости. Примером могут быть травма после ДТП, острый болевой синдром.

### **Ректороманоскопия подготовка.**

Подготовка пациента к ректороманоскопии (эндоскопическому исследованию прямой кишки) включает соблюдение диеты, приём слабительных препаратов и очистительные процедуры. Цель — очистить кишечник от содержимого, чтобы врач мог чётко видеть стенки органа изнутри.

Правила подготовки определяет врач во время консультации.

1. Диета. За 2–3 дня до процедуры рекомендуется соблюдать низкошлаковое диетическое питание. Нужно исключить продукты, которые вызывают газообразование: бобовые, ржаной хлеб, свежие фрукты, капусту, свёклу, зелень, алкоголь, квас, соки и газированные напитки. Можно включать: нежирное диетическое мясо и рыбу, кисломолочные продукты, некрепкие бульоны, каши,

кроме перловой и овсяной, нежирный творог. Мясо и рыбу не рекомендуется употреблять в жареном виде, продукты следует отваривать, тушить или готовить на пару.

2. Накануне обследования не ужинают, разрешается только чай. В день процедуры от еды нужно отказаться.
3. Медикаменты. Для очищения кишечника могут назначить слабительные препараты (например, «Фортранс», «Микролакс»). Препарат принимают по инструкции, обычно начинают за 12–15 часов до исследования. Препарат растворяют в воде и принимают дробно в течение нескольких часов.
4. Важно: за сутки до исследования рекомендуется исключить приём красящих препаратов (железо, активированный уголь).
5. Процедуры. Существует два основных метода очищения кишечника:  
С помощью клизм. Вечером накануне исследования — 2 очистительные клизмы с интервалом 1 час, утром в день процедуры — ещё 1–2 клизмы до чистой воды.  
С помощью микроклизм (например, «Микролакс»). Обычно нужны две или три микроклизмы: первые две ставят вечером накануне процедуры с промежутком около часа, последнюю — непосредственно на день проведения.  
Метод очистки назначает врач с учётом особенностей здоровья каждого пациента. Клизмы не назначают, если есть противопоказания: трещины, язвенная болезнь, кровотечения или острый геморрой.
6. Рекомендации. Сообщить врачу о принимаемых лекарствах (особенно влияющих на свёртываемость крови).
7. Отказаться от курения в день исследования (никотин усиливает перистальтику).
8. При сильном волнении можно принять лёгкое успокоительное (по согласованию с врачом).
9. Взять с собой необходимые медицинские документы, а также результаты предыдущих исследований.

### **Подготовка к ФГДС**

Цель подготовки — к моменту процедуры пищеварительный тракт должен быть максимально пустым и чистым, чтобы минимизировать риск рвотного рефлекса.

1. Диета. За 2–3 дня до процедуры рекомендуется перейти на легкоусвояемую пищу. Разрешённые продукты: крупы (овсянка, рис), сваренные на воде, овощные или некрепкие мясные бульоны, супы, отварное нежирное мясо, рыба или курица, овощи в варёном или тушёном виде, небольшое количество белого хлеба, подсушенного в тостере.  
Запрещённые продукты: жирные, жареные блюда, копчёности, газированные напитки, продукты, усиливающие секрецию желудочного сока (острые специи и приправы, маринады и соленья, кофе, кислые фрукты и ягоды, алкогольные напитки), продукты, вызывающие газообразование (бобовые, крестоцветные овощи, молочные продукты).
2. Накануне процедуры ужин должен быть лёгким и не позднее 18:00.
3. В день ФГДС необходимо полностью отказаться от пищи. Также важно не употреблять жидкость за 2–4 часа до обследования.
4. Медикаменты. По возможности избегать приёмов лекарств внутрь в день процедуры. Многие таблетки нужно запивать водой, а вода перед ФГДС ограничивается. Некоторые медикаменты (например, препараты железа, активированный уголь) могут пачкать слизистую, затрудняя осмотр.

Обсудить заранее с врачом приём жизненно важных препаратов (от давления, сердечные) — их можно принять рано утром, запив минимальным количеством воды.

5. Антикоагулянты (разжижающие кровь) — врач может попросить отменить за день-два из-за риска кровотечений при биопсии. Это решается индивидуально.
6. Образ жизни. Не курить минимум за 3–4 часа до процедуры — никотин стимулирует секрецию желудочного сока и усиливает рвотный рефлекс.
7. Не принимать алкоголь за 2–3 дня — спиртное раздражает пищевод и желудок, может исказить картину исследования.
8. Психологический настрой. Обсудить страхи с врачом — он объяснит, как будет проходить процедура, какие меры будут приняты для минимизации дискомфорта.
9. Настроиться на то, что ФГДС — важный шаг для здоровья — чем больше пациент понимает, как и зачем проводится процедура, тем легче будет справиться с тревогой.
10. Использовать правильное дыхание — во время процедуры нужно стараться дышать глубоко, медленно через нос, чтобы отвлечься от неприятных ощущений.

### **Подготовка к УЗИ исследованиям.**

Цель подготовки — снизить газообразование в кишечнике, чтобы ультразвуковые волны могли проникать в исследуемую область.

#### **Правила:**

1. За 3 дня до УЗИ скорректировать рацион, чтобы снизить газообразование. Включить простые продукты с низкой ферментацией: каши (рис, гречка, овсянка), нежирную рыбу и птицу, паровые котлеты, запечённые овощи, омлет, сухари. Исключить бобовые, цельное молоко, свежую выпечку и сладости, газированные напитки, квас, капусту, виноград, яблоки и груши в большом объёме, всё очень жирное и острое.
2. В день исследования — как правило, прийти натощак, без завтрака. Если назначена комбинация с УЗИ мочевого пузыря, за 40–60 минут до кабинета может потребоваться выпить 300–500 мл воды, чтобы пузырь был умеренно наполненным.
3. Курение и жвачка нежелательны — усиливают воздух в желудке и спазм.

### **Почки**

Цель подготовки — устранить помехи для акустических волн, распространяющихся при излучении ультразвука.

#### **Правила:**

1. Скорректировать рацион — за 2–3 дня до исследования исключить продукты, способствующие газообразованию: острую, жирную и/или жареную пищу, выпечку, сладости, капусту, бобовые, молоко и молочные продукты.
2. Отказаться от приёма пищи минимум за восемь часов до исследования. Если обследование назначено на утро, вечером накануне ужин должен быть лёгким, позавтракать можно только после процедуры.
3. Принять назначенный врачом энтеросорбент — оптимальное время — спустя 1,5 часа после последнего употребления пищи.

4. Выпить воды — такое правило актуально при одновременном обследовании почек с мочевым пузырём: последний должен быть немного наполнен, поэтому примерно за один час до процедуры следует выпить 0,5 л простой негазированной воды.

### **Органы малого таза**

1. Общие рекомендации: не употреблять алкоголь и не курить, избегать стрессов и физических нагрузок, не есть за 3–4 часа до исследования. Если принимаются какие-либо медикаменты, необходимо уведомить об этом врача, чтобы принять решение о целесообразности временной отмены препарата для выполнения УЗИ.

### **Правила в зависимости от способа проведения:**

1. Для мужчин — за час-два до процедуры надо выпить минимум 1,5 литра воды и не ходить в туалет. Накануне сканирования следует очистить кишечник, при необходимости принять послабляющее средство, без клизмы (клизма проводится только по рекомендации врача).
2. Для женщин — от выбора способа проведения зависят правила подготовки:

**Трансвагинальное УЗИ (путем введения сканера во влагалище)** — делают на пустой мочевой пузырь, необязательно соблюдать диету — газообразование, как правило, не мешает осмотру, поскольку датчик локализуется в непосредственной близости от органов.

**Абдоминальное УЗИ (через брюшную стенку)** — делают на полный мочевой пузырь (выпивают литр-полтора воды за час до исследования), диета обязательна — в течение 2–3 дней нельзя есть продукты, которые вызывают газообразование.

### **Сердце**

1. Специфическая подготовка к УЗИ сердца (эхокардиографии) не предусмотрена.
2. Некоторые рекомендации: Воздержаться от приёма пищи минимум за три часа до диагностики.
3. Исключить интенсивные физические нагрузки, курение, употребление напитков, содержащих кофеин, и алкоголя за сутки до посещения клиники.
4. Избегать стрессовых ситуаций накануне ультразвукового сканирования.
5. Выделить 5–7 минут перед исследованием, чтобы отдохнуть и успокоиться.
6. Заранее обсудить с врачом программу фармакотерапии, если она включает препараты, способные повлиять на результаты обследования. В ряде случаев может потребоваться изменение графика приёма или дозировки медикаментов.

### **Подготовка к спирографии.**

Перед спирографией (спирометрией) рекомендуется соблюдать определённые правила подготовки, чтобы получить достоверные результаты исследования. Лечащий врач определит показания для обследования и расскажет, как к нему подготовиться.

Подготовка включает рекомендации по питанию, приёму медикаментов, физической активности и эмоциональному состоянию.

### **Питание**

1. На исследование нужно приходить натощак. Если оно проводится не рано утром, то за 2 часа до спирометрии допускается лёгкий завтрак.
2. За 4 часа до исследования не пить крепкий чай, кофе, энергетические и другие тонизирующие напитки.
3. За 1 час до спирографии не курить.
4. За 24 часа не употреблять алкоголь.

### **Медикаменты**

1. Перед исследованием нельзя принимать лекарства, которые влияют на гладкую мускулатуру бронхов, смягчают обструкцию и расширяют дыхательные пути. Выполнение исследования на фоне медикаментозной терапии приводит к искажению результатов.

2. Некоторые препараты, которые нужно отменить перед спирографией:

за 6 часов — бронхолитики короткого действия;

за 12 часов — метилксантины пролонгированного действия (теофиллины);

за 24 часа — длительно действующие бронходилататоры;

за 96 часов — ингаляционные глюкокортикостероиды.

3. Важно! Отмена любых препаратов проводится только по согласованию с лечащим врачом. Самостоятельное прекращение терапии чревато обострением основного заболевания, развитием тяжёлых дыхательных нарушений.

### **Физическая активность**

1. Физическая активность может исказить показатели исследования. За 24 часа до теста следует исключить интенсивные нагрузки и занятия спортом. За 30 минут до начала спирографии следует исключить любую физическую активность. Поэтому желательно прийти на процедуру заранее и немного отдохнуть перед кабинетом функциональной диагностики.
2. Эмоциональное состояние. Накануне спирографии стоит избегать стрессов и эмоциональных перегрузок. Приходить на исследование в спокойном, невозбуждённом состоянии.
3. Выбрать свободную, удобную одежду, которая не стесняет движений и не давит на грудную клетку. Перед процедурой стоит расстегнуть воротник рубашки, снять галстук и ослабить ремень.
4. Если установлены съёмные зубные протезы, снимать их не рекомендуется — иначе может быть нарушена геометрия ротовой полости, и пациент не сумеет плотно обхватить загубник спирометра, произойдёт утечка воздуха.
5. Желательно прийти на спирометрию за 15 минут до начала — тогда будет время посидеть и отдохнуть перед исследованием.

### **Подготовка к фиброларингоскопии**

Перед процедурой фиброларингоскопии (эндоскопической ларингоскопии) необходимо проконсультироваться с врачом — ЛОР-врачом или другим доктором. Процедура проводится по назначению, и правильная подготовка помогает врачу провести точную диагностику.

Подготовка может включать рекомендации по питанию, обсуждение приёма медикаментов и другие мероприятия.

## **Диета**

1. Процедуру проводят строго натощак — последний приём пищи должен быть не позже, чем за 8–10 часов до начала исследования. Это необходимо, чтобы предотвратить заброс содержимого желудка в дыхательные пути.
2. Если процедура назначена на утро, разрешается максимально лёгкий ужин накануне, утром есть ничего нельзя, питьё также запрещается.
3. Если общий наркоз не используется, и процедура проводится под местной анестезией с использованием гибкого ларингоскопа, достаточно отказаться от приёма пищи за 3–4 часа до обследования.
4. Важно: если во время процедуры предполагается использование общей анестезии, пациент проходит стандартное обследование, как перед операцией: ряд лабораторных анализов, ЭКГ и консультацию терапевта.

## **Медикаменты**

1. Перед исследованием обязательно нужно сообщить врачу и медсестре, если есть аллергии на лекарственные препараты (в частности, лидокаин).
2. Если принимаются препараты, влияющие на свёртываемость крови, необходимо обсудить с лечащим врачом необходимость их отмены перед исследованием.
3. Если принимаются жизненно-важные препараты: нормализующие давление, сердечный ритм, гормональные и др., то в день исследования принять их нужно обязательно (не позднее, чем за 2 часа).
4. Если есть протезы, перед обследованием их придётся извлечь.

## **Рекомендации**

1. За несколько часов до процедуры нужно отказаться от курения — курение способствует выработке большого количества слизи, и если пациент закашляется, это затруднит проведение процедуры.
2. Если процедура запланирована на утро, рекомендуется взять с собой результаты выполненных ранее исследований, если их нет в системе, где проводится исследование.
3. Если есть хроническая обструктивная болезнь лёгких (ХОБЛ) или бронхиальная астма, рекомендуется взять с собой баллончик с аэрозолем лекарственного препарата, который применяется.
4. Важно: фиброларингоскопия не проводится при некоторых патологиях, например, травматических повреждениях шейного отдела позвоночника, декомпенсированной сердечно-сосудистой патологии, выраженном стенозе гортани, неконтролируемой эпилепсии, остром эпиглотите.

## **Подготовка к ЭКГ**

Чтобы результаты ЭКГ были максимально точными, важно правильно подготовиться к исследованию. Некоторые правила подготовки:

1. Ограничить алкоголь. За 8 часов до процедуры не употреблять алкоголь, так как он может влиять на частоту сердечных сокращений и артериальное давление.
2. Избегать тяжёлых физических нагрузок. За 3 часа до исследования воздержаться от интенсивных тренировок.
3. Не употреблять кофе, чай и энергетики. Кофеин и энергетические напитки могут ускорять сердцебиение. Ограничить их приём за 1,5–2 часа до процедуры.

4. Не курить. Никотин сужает сосуды и повышает частоту сердечных сокращений, поэтому стараться не курить как минимум за 30 минут до ЭКГ.
5. Не переедать. Тяжёлый приём пищи перед ЭКГ может вызвать дискомфорт и повлиять на результаты исследования. Лучше прийти на процедуру с лёгким чувством голода или после лёгкого перекуса.
6. Придти заранее. Постараться прийти на ЭКГ за 10–15 минут до назначенного времени, чтобы расслабиться и восстановить дыхание после дороги.
7. Если принимаются лекарства, не отменять их без рекомендации врача. Обычная терапия должна продолжаться в прежнем режиме.
8. Принять душ. Это улучшит контакт электродов с кожей и обеспечит более точные результаты.
9. Если в области груди густой волосяной покров, рекомендуется побрить эту зону. Волосы могут мешать плотному прилеганию электродов, что может ухудшить качество записи ЭКГ.
10. Сообщить врачу о наличии аллергии, о переносимости процедуры в целом, о наличии имплантов молочных желёз или кардиостимулятора.
11. Принести результаты предыдущих ЭКГ при их наличии.
12. Перед проведением ЭКГ важно сообщить врачу-кардиологу о всех медицинских препаратах, которые принимаются, а также о сопутствующих сердечных заболеваниях или процедурах.

### **Подготовка к Холтер, СМАД**

Перед проведением исследований Холтер ЭКГ и СМАД необходимо проконсультироваться с врачом и следовать его указаниям.

#### **Некоторые правила подготовки к Холтер ЭКГ и СМАД:**

1. Накануне исследования принять душ. В день установки электродов не использовать кремы и масла на коже, так как электроды будут держаться хуже.
2. Мужчинам с выраженной растительностью на груди может понадобиться аккуратное удаление волос в местах крепления электродов.
3. Надеть свободную одежду с широкой проймой рукава для манжеты и свободным верхом, чтобы не сдвигать электроды.
4. Взять список принимаемых лекарств и указать время приёма — это поможет связать изменения на записи с препаратами.
5. Зарядить телефон — он понадобится для заметок и, при необходимости, связи с врачом.
6. Планировать обычный режим дня: ходьба, лестницы, рабочие дела. Силовые тренировки и плавание отложить.
7. Вести дневник, в котором отмечать время сна и пробуждения, физические нагрузки, стрессовые моменты, приёмы пищи, кофеина и алкоголя, эпизоды дискомфорта и головокружения, боли в груди, перебои, слабость, приём таблеток и их дозы.
8. Нельзя мочить аппаратуру: исключить душ, баню, бассейн.
9. Избегать сильных магнитных полей и металлоискателей.
10. На время мониторинга лучше не заниматься контактными видами спорта — есть риск сдвинуть датчики.
11. Нюансы мониторинга ЭКГ и АД по Холтеру могут различаться в зависимости от конкретной клинической ситуации.

## **Подготовка к аудиометрии.**

Особой подготовки к аудиометрии, как правило, не требуется.

Однако есть некоторые рекомендации, которые помогают получить максимально точные результаты:

1. За сутки до исследования следует избегать воздействия громких шумов — посещения концертов, вечеринок, работы с наушниками на высокой громкости. Интенсивный шум может временно снижать чувствительность слуха и влиять на достоверность диагностики.\
2. Важно учитывать текущее состояние здоровья. Наличие заложенности уха, насморка или других признаков инфекции может исказить результаты теста. Если есть недомогание, нужно сообщить об этом врачу перед обследованием.
3. Перед процедурой желательно воздержаться от употребления алкоголя и курения, так как эти вещества воздействуют на центральную нервную систему и могут снижать точность показателей слуха.
4. Эмоциональное состояние пациента также играет роль — стресс, усталость или беспокойство способны повлиять на восприятие звуков. Рекомендуется прийти на исследование в спокойном состоянии.
5. Если принимаются какие-либо лекарства, особенно влияющие на слух или нервную систему, нужно проинформировать об этом специалиста, чтобы учесть возможное влияние препаратов на результаты аудиометрии.