Утверждаю:

Главный врач БУЗ Орловской области «ОПТД»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.В. Кирьянова

**ПАМЯТКА ПАЦИЕНТУ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К СДАЧЕ АНАЛИЗА КРОВИ**

**Уважаемые пациенты!**

Обращаем внимание, что  кровь для выполнения лабораторных исследований рекомендуется сдавать утром натощак, после 8 - 12 часового ночного периода голодания.

Подготовка к процедуре сдачи крови

1. Ряд анализов делают натощак. Например, биохимические (глюкоза, холестерол, билирубин и др.) и серологические тесты (сифилис, гепатит В), гормоны (ТТГ, паратгормон) и др. «Натощак» - это когда между последним приёмом пищи и взятием крови проходит не менее 8 часов (желательно - не менее 12 часов). Сок, чай, кофе, тем более с сахаром - тоже еда, поэтому придётся потерпеть. Можно пить воду.
2. Строго натощак (после 12-часового голодания) следует сдавать кровь для определения параметров липидного профиля: холестерол, ЛПВП, ЛПНП, триглицериды.
3. Если предстоит сдавать общий анализ крови, последний приём пищи должен быть не позже, чем за 1 час до сдачи крови. Завтрак может состоять из несладкого чая, несладкой каши без масла и молока, яблока.
4. Желательно за 1 - 2 дня до обследования исключить из рациона жирное, жареное и алкоголь. Если накануне состоялось застолье - перенесите лабораторное исследование на 1-2 дня. За час до взятия крови воздержитесь от курения.
5. При сдаче венозной крови нужно исключить факторы, влияющие на результаты исследований: физическое напряжение (бег, подъём по лестнице), эмоциональное возбуждение. Поэтому перед процедурой следует отдохнуть 10 - 15 минут в приёмной, успокоиться.
6. Кровь на анализ сдают до начала приёма лекарственных препаратов (например, антибактериальных и химиотерапевтических) или не ранее чем через 10 - 14 дней после их отмены. Если вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом лечащего врача.
7. Кровь не следует сдавать после рентгенографии, ректального исследования или физиотерапевтических процедур.
8. При исследовании глюкозы крови в дополнение ко всему нельзя чистить зубы, жевать жевательную резинку, пить чай или кофе (даже не сладкий).
9. При исследовании крови на тест толерантности к глюкозе (ТТГ) в течение трех дней до исследования необходимо быть на обычной диете при соблюдении обычной физической активности. Последний прием пищи должен быть не менее чем за 10 часов, но не более 16 часов до проведения теста. Начало пробы в 8 часов утра. В течение 15 минут до и в период проведения пробы, необходимо сидеть, курение запрещается. Движение, работа, разговоры могут повлиять на результаты. Анализ сдается натощак, при этом сердечно-сосудистые и гипотензивные препараты не отменяются!
10. При назначении определения глюкозы натощак и через 2 часа после еды кровь сдается натощак с 8 до 10 часов утра, а на следующий день через 2 часа после еды (каша или сдобная булочка и стакан чая) с 8 до 10 часов утра.

Согласовано: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.о. зав. КДЛ Л.С. Ивайкина