

## ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ

ИП ОП-2.5.-30, редакция 01

### Подготовка к сдаче анализов

- 1. Основные преаналитические факторы, которые могут повлиять на результат:**
  - 1.1. **Лекарства** (влияние лекарственных препаратов на результаты лабораторных тестов разноплановое и не всегда предсказуемое);
  - 1.2. **Прием пищи** (возможно как прямое влияние за счет всасывания компонентов пищи, так и косвенное – сдвиги уровня гормонов в ответ на прием пищи, влияние мутности пробы, связанной с повышенным содержанием жировых частиц);
  - 1.3. **Физические и эмоциональные перегрузки** (вызывают гормональные и биохимические перестройки);
  - 1.4. **Алкоголь** (оказывает острые и хронические эффекты на многие процессы метаболизма);
  - 1.5. **Курение** (изменяет секрецию некоторых биологически активных веществ);
  - 1.6. **Физиопроцедуры, инструментальные обследования** (могут вызвать временное изменение некоторых лабораторных параметров);
  - 1.7. **Фаза менструального цикла у женщин** (значима для ряда гормональных исследований, перед исследованием следует уточнить у врача оптимальные дни для взятия пробы для определения уровня ФСГ, ЛГ, пролактина, прогестерона, эстрадиола, 17-ОН-прогестерона, андростендиона, ингибина, АМГ);
  - 1.8. **Время суток при взятии крови** (существуют суточные ритмы активности человека и, соответственно, суточные колебания многих гормональных и биохимических параметров, выраженные в большей или меньшей степени для разных показателей; референсные значения - границы «нормы» - обычно отражают статистические данные, полученные в стандартных условиях, при взятии крови в утреннее время).
  
- 2. Общие правила при подготовке к исследованию:**

**Важно!** Желательно соблюдать эти правила при проведении биохимических, гормональных, гематологических тестов, комплексных иммунологических тестов, результаты которых зависимы от физиологического состояния человека).

  - 2.1. По возможности, рекомендуется сдавать кровь утром, в период с 8 до 11 часов, натощак (не менее 8 часов и не более 14 часов голода, питье – вода, в обычном режиме), накануне избегать пищевых перегрузок. Некоторые специальные требования по пищевому режиму и времени суток при сдаче проб крови см. ниже.
  - 2.2. Если вы принимаете какие-то лекарственные препараты - следует проконсультироваться с врачом по поводу целесообразности проведения исследования на фоне приема препаратов или возможности отмены приема препарата перед исследованием, длительность отмены определяется периодом выведения препарата из крови (в среднем, рекомендуют выждать 4-5 периодов полувыведения препарата, указанного в аннотации).
  - 2.3. Следует учитывать, что интерферирующие вещества могут входить и в пищевые добавки. В частности, следует учитывать, что для ряда исследований не рекомендуется брать кровь на фоне применения биотина (при применении его в высоких дозах следует отменить прием этого препарата за 2 дня до исследования).
  - 2.4. Алкоголь – исключить прием алкоголя накануне исследования.
  - 2.5. Курение - не курить минимально в течение 1 часа до исследования.

- 2.6. Исключить физические и эмоциональные перегрузки накануне исследования.
- 2.7. После прихода в лабораторию отдохнуть (лучше - посидеть) 10-20 минут перед взятием проб крови.
- 2.8. Взятие крови на лабораторные тесты следует проводить до проведения медицинских манипуляций (массаж, инструментальные исследования). После применения визуализирующих исследований (рентген, МРТ, КТ) с применением контрастных сред нежелательно проводить какие-либо плановые лабораторные исследования минимально в течение 2-3 дней.
- 2.9. При контроле лабораторных показателей в динамике рекомендуется проводить повторные исследования в одинаковых условиях – в одной лаборатории (тем же методом), сдавать кровь примерно в одинаковое время суток и пр.
- 2.10. Для ряда тестов есть **специальные правила подготовки к исследованию**, с которыми можно ознакомиться в информации по тестам в соответствующих разделах справочника и сайта СИТИЛАБ (см. также приложение 01 ограничений по времени взятия крови и приему пищи ниже).
3. **В ряде экстренных клинических ситуаций, клинический анализ крови или базовые биохимические тесты нельзя откладывать на следующий день, а предполагаемые сдвиги существенно перекрывают диапазон возможного влияния пищи или времени суток. В подобных ситуациях также следует ориентироваться на соблюдение минимальных условий.**
4. **Также тесты могут быть выполнены не натощак и в любое время суток по указанию врача.**
5. Для сдачи капиллярной крови нет особых преаналитических требований по подготовке к исследованию капиллярной крови у детей (общий клинический анализ крови). Биоматериал при плановом обследовании желателно сдавать утром натощак (у грудных детей – перед очередным кормлением, питьевой режим – обычный). В экстренной ситуации, связанной с необходимостью срочной диагностики, требованием взятия натощак для данного исследования можно пренебречь. При невозможности выполнения рекомендуемых условий взятия крови утром, натощак, допускается взятие пробы в течение дня, а также после приема небольшого количества нежирной пищи.

## Приложение 01. Ограничения по времени суток и приему пищи при взятии проб крови на исследование.

### Обозначения:

- + - рекомендуется;
- +/- - допускается с ограничениями, суточный ритм следует учитывать при исследованиях в динамике ипограничных значениях результатов относительно референсных пределов;
- - нежелательно.

Наименование исследования	Ограничения по времени взятия крови на исследование			Ограничение приема пищи (водупить можно)
	08-11 часов	12-17 часов	18-08 часов следующего дня (дежурный прием)	
Общий анализ крови, коагулологические исследования	+  +	+  -	+/- (экстренные)  -	Предпочтительно после ночного периода 8-12 часов голодания (минимально – 4 часа натошак; грудным детям – перед очередным кормлением)
Биохимические тесты	+	+/-	+/- (экстренные)	<b>Строго натошак после ночного периода голодания от 8 до 14 часов</b> - глюкоза, глюкозо-толерантный тест, холестерин, холестерин ЛПВП, аполипопротеины, пепсиногены, инсулин, НОМА, гормоны, маркеры костного метаболизма, Фибротест, Фибромакс, Стеатоскрин; <b>от 12 до 14 часов</b> - триглицериды, Холестерин-ЛПНП, Холестерин - ЛПОНП, Гастрин, Гастропанель. <b>Остальные тесты</b> – при плановом обследовании предпочтительно утром, натошак, после ночного периода голодания 8-12 часов, в экстренной ситуации допустимо выдержать 4 часа после последнего приема пищи
Гормональные тесты	+	+/-	-	См. приложение 02
Маркеры костного обмена (остеопороза)	+	+/-	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов

ИП ОП-2.5.-30, редакция 01

				(минимально – 4 часа)
Витамины	+	+/-	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа)
Иммунологические профили, интерфероновый статус	+	+/-	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа)
Онкомаркеры, аутоиммунные маркеры, аллергологические тесты, маркеры инфекций	+	+	+	Предпочтительно выдержать 4 часа после последнего приема пищи
Генетические тесты	+	+	+	Специальных требований нет
Микроэлементы	+	+	-	Предпочтительно после ночного периода 8-12 часов голодания (минимально 4 часа)

**Приложение 02. Гормональные тесты (ограничения по времени суток и приему пищи).**

Наименование исследования	Ограничения по времени взятия крови на исследование			Ограничение приема пищи
АКТГ	8-10 часов	-	-	После ночного периода голодания 8-12 часов
Кортизол	+	-	-	После ночного периода голодания 8-12 часов
Паратгормон	9-11 часов	+/-	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа)
Кальцитонин	+	+/-	-	
Альдостерон	+	+/-	-	
Ренин	+	-	-	После ночного периода голодания 8-12 часов
Катехоламины	+	+/-	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа)
Пролактин	+	+/-	-	
Тиреоидная панель	+	+/-	-	
Инсулин, С-пептид	+	(в зависимости от цели)	-	Строго натощак утром после 9-12 часового периода ночного голодания – если нет иных указаний врача (указать иные условия в информации к заявке)
СТГ	+	+/-	-	После ночного периода голодания 8-12 часов, если нет иных указаний врача
ФСГ, ЛГ, эстрадиол, прогестерон, тестостерон (жен) ГСПГ, ингибин, 17-ОН-прогестерон, андростендион	+	+/-	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа)
ДЭА-SO4	+	+	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа)
Тестостерон (муж)	+	-	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа)
Бета-ХГЧ (тест на берем.)	+	+	+	Выдержать 4 часа после приема пищи
Тесты профилей PRISCA	+	+	-	Выдержать 4 часа после приема пищи
Остальные тесты	+	+/-	-	Предпочтительно после ночного периода голодания 8-12 часов (минимально – 4 часа)