**Подготовка к УЗИ брюшной полости.**

Если вы внимательно слушали учителя на уроке физики, то знаете, что воздух – очень плохая среда для распространения ультразвука. По этой причине необходимо снизить газообразование перед проведением УЗИ.

Для этого за 2-3 дня до проведения УЗИ следует начать соблюдать диету, исключающую продукты, усиливающие газообразование.

Продукты, которые не следует есть при подготовке к УЗИ органов брюшной полости:

бобовые;

молочные продукты;

кондитерские изделия и сладкое;

черный хлеб;

сырые овощи и фрукты;

жирное мясо;

квашеная капуста;

крепкий кофе, алкоголь, соки.

Этот список я взял из памятки, которую мне выдали перед исследованием. Удивлен, что в нем не оказалось газированной воды. Я не врач, но все же уверен, что при подготовке к УЗИ газировку необходимо обязательно исключить.

Принимать пищу в течение дня лучше чаще, но меньшими порциями (4-5 раз оптимальный вариант). Питьевой режим обычный.

В дополнение к диете врач, направляющий вас на УЗИ может назначить прием препаратов, улучшающих пищеварение и снижающих газообразование (к первым, например, относится фестал, ко вторым – активированный уголь).

Непосредственно перед исследованием запрещается принимать пищу в течение 8-12 часов, пить воду тоже не рекомендуется.

Обычно УЗИ проводится утром, в таком случае последний прием пищи – это ужин.

Но исследование может проводиться и в дневное время. Тогда пациенту разрешается позавтракать не менее чем за 6 часов до процедуры.

С питанием при подготовке к УЗИ брюшной полости разобрались, теперь давайте обратим внимание на другие моменты.

Если вы принимаете лекарства.

Подготовка к УЗИ органов брюшной полости не подразумевает прекращения лечения, но стоит предупредить об этом как врача, направляющего вас на исследование, так и врача ультразвуковой диагностики.

**Подготовка к УЗ-исследованию мочевого пузыря**

За 1,5 или 2 часа до исследования необходимо постепенно выпить около 2 литров негазированной жидкости: обычной воды, чая, сока, компота и т.д. Это нужно для того, чтобы мочевой пузырь во время процедуры был заполненным.

Благодаря этому приему можно более четко определить форму органа, контуры, толщину стенок и другие параметры.

При одновременном исследовании простаты или женских половых органов заполнение мочевого пузыря нужно для лучшей визуализации анатомических образований, расположенных позади него.

Есть и физиологический метод подготовки к исследованию , который заключается в воздержании от мочеиспускания в течение 5-6 часов.

Совет: если во время подготовки вас мучают сильные позывы и вам трудно сдержаться, то можно частично опорожниться. Затем надо выпить дополнительное количество жидкости, чтобы к моменту исследования мочевой пузырь снова заполнился.

Иногда УЗИ простаты и мочевого пузыря проводится трансректально. В этом случае кроме описанной подготовки следует накануне и за несколько часов до процедуры сделать очистительную клизму.

**Подготовка к УЗИ простаты**

По статистике, в разном возрасте заболеваниями предстательной железы страдает больше половины мужчин. Об этом не принято говорить вслух или жаловаться на них, но это так. И очень важно понимать, что своевременная диагностика и начало лечения способны защитить от массы весьма неприятных последствий.

Поэтому сегодня вопросами обследование предстательной железы врачи занимаются весьма серьезно. Существует масса методов, но наиболее простым, безболезненным, объективным и точным остается ультразвуковое исследование. Именно оно считается «золотым стандартом», позволяющим собрать всю необходимую информацию.

Виды УЗИ простаты

В данный момент используется два типа УЗИ простаты, подготовка к ним несколько отличается, также как и сам ход обследования:

Трансабдоминальное УЗИ простаты. Наиболее безболезненный и простой метод, когда исследование проводится через переднюю брюшную стенку. Но из-за большого расстояния до предстательной железы, его точность остается неудовлетворительной.

Трансректальное УЗИ простаты. В ходе этого исследования специальный ректальный датчик вводится через анальное отверстие в прямую кишку. Этот метода позволяет врачу получить всю необходимую информацию, но часто негативно воспринимается мужчинами.

Таким образом, наиболее часто применяют трансректальное и трансабдоминальное УЗИ.

**Подготовка к трансабдоминальному УЗИ**

Если вам назначили трансабдоминальное УЗИ простаты, подготовка к нему будет достаточно простой, включающей в себя следующие шаги:

За 1-2 дня до УЗИ необходимо отказаться от продуктов, которые потенциально могут увеличить газообразование в кишечнике или стать причиной нарушений его работы. Этот список достаточно индивидуален, но чаще всего в него входят свежие фрукты и ягоды, черный хлеб, выпечка, торты, пирожные, алкогольные и газированные напитки, соки.

В день перед УЗИ необходимо отказаться от завтрака, если оно проводится с утра, или обойтись легким, если оно назначено на вторую половину дня.

За 1-2 часа до УЗИ следует выпить 1-1,5 литра негазированной жидкости. Лучше всего, если это будет чистая питьевая вода, но её можно заменить некрепким несладким чаем или разведенной водой некислым соком.

После этого нельзя мочиться, поскольку для УЗИ требуется полностью наполненный мочевой пузырь. Если позывы слишком сильные, можно спустить часть мочи, но не опорожнять пузырь полностью. После стоит выпить ещё один стакан воды.

Больше никакой подготовки не требуется. Главное – правильно рассчитать количество выпитой воды и время до начала исследования. От степени наполняемости мочевого пузыря во многом зависит его точность.

 **Подготовка к трансректальному УЗИ**

Если же вам было назначено трансректальное УЗИ, подготовка к нему будет совсем другой. В этом случае нет необходимости в наполнении мочевого пузыря, но поскольку доступ будет проводиться через прямую кишку, её необходимо очистить от каловых масс, которые могут помешать проведению УЗИ. Для этого могут применяться различные методы:

Прием очищающих кишечник препаратов, к примеру, Фортрана. Он полностью очищает кишечник, не нанося вреда необходимой для нормального пищеварения флоре. Принимать его нужно в день накануне обследования по прилагаемой схеме. Для полного очищения необходимо выпить 3 или 4 пакета, растворяя каждый в литре воды. Если обследование назначено на утро, то все пакеты следует выпить с водой в один день, если же оно планируется на вторую половину дня, то второй и третий оставляют на утро. Фортран обеспечивает качественное очищение, но требует длительной предварительной подготовки и потребления большого количества жидкости.

Очистительная клизма. Более простой вариант – поставить с утра, за 2-3 часа до планового обследования небольшую, 200-300 миллилитров, клизму из теплой воды. В некоторых клиниках её включают в стоимость обследования и могут провести непосредственно перед исследованием.

В случаях, когда планируется одновременно с трансректальным УЗИ делать биопсию простаты, может потребоваться предварительный прием антибиотиков, которые понизят вероятность воспалительных процессов в месте прокола.

Большие никакой подготовки к трансректальному УЗИ не требуется.

Все, написанное выше, касается только планового УЗИ простаты, подготовка в этом случае только облегчает обследование. Если же его необходимо сделать экстренно, то никаких предварительных процедур не проводится.

Необходимо отметить, что приведенные рекомендации описывают только общие случаи, в каждом индивидуальном может потребоваться особая подготовка. Поэтому, когда врач назначает УЗИ простаты, не стоит стесняться задавать вопросы, выясняя все тонкости. Ведь от них может зависеть точность обследования, а значит, и определение верного диагноза.

 **Правила сбора мочи для общего анализа**

Моча для анализа должна правильно собираться для обеспечения точности и правильности диагностических данных. Неверно собранная моча не может быть проанализирована адекватно, поэтому результат общего анализа в этом случае является неправильным. Только правильно собранная моча гарантирует правильный результат анализа.

 Чтобы собрать необходимую среднюю порцию утренней мочи, необходимо придерживаться следующей методики сбора:

1. Утром встать, и сразу совершить омовение наружных половых органов теплой водой. До сбора мочи для анализа не мочиться!

2. После обмывания обсушите промежность полотенцем и расположитесь удобно в ванной, туалете или над тазом.

3. Приготовьте чистую емкость для мочи, взяв ее в правую руку (или в левую для левшей).

4. Выпустите примерно четверть мочи в унитаз, ванну или таз, после чего задержите мочеиспускание.

5. Подставьте емкость для мочи к уретре.

6. Выпустите еще примерно половину мочи в емкость.

7. Уберите емкость с мочой для анализа от уретры.

8. Выпустите последнюю порцию мочи в унитаз, ванну или таз. Количество мочи для анализа должно быть не менее 50 мл.

Собранную мочу следует сдать для анализа в тот же день, в течение 2-3 часов. Если вам не удалось сдать собранную мочу в лабораторию, лучше ее вылить, и собрать другую порцию на следующий день. Чистую емкость для мочи можно получить в лаборатории или купить в аптеке. Перед сбором мочи для общего анализа следует исключить сильные физические нагрузки, пребывание в жаре и холоде, а также прием лекарственных препаратов. Помните, что получение правильного результата анализа, который поможет в диагностике различных заболеваний, обусловлено соблюдением правил сбора мочи.

 **Правила сбора кала**

Правила сбора кала на копрологическое исследование

Копрологическое исследование проводится с целью выявления нарушений в работе желудочно-кишечного тракта.

Перед сдачей анализа для получения адекватных результатов рекомендуется пищевой рацион, в который входит белый и черный хлеб, мясо, жаренное куском, масло, сахар, гречневая и рисовая каши, жареный картофель, салат, квашеная капуста, компот из сухих фруктов и свежие яблоки.

1. Выяснить в регистратуре, куда приносить кал для анализа.

2. Подготовить контейнер для сбора кала с ложечкой-шпателем.

3. Кал собрать после самостоятельной дефекации в контейнер для кала, заполнив его примерно на 1/3. Следует избегать примеси к калу мочи и отделяемого половых органов.

4. Плотно закрыть контейнер завинчивающейся крышкой.

5. Разборчиво написать на этикетке контейнера ФИО, дату и время сбора кала.

6. Контейнер хранить в холодильнике и принести в клинику в указанное регистратурой место в день сбора материала.

**Правила сбора кала на стеркобилин, билирубин, панкреатическую эластазу, углеводы**

1. Выяснить в регистратуре, куда приносить кал для анализа.

2. Подготовить стерильный контейнер для сбора кала с ложечкой-шпателем.

3. Кал собрать после самостоятельной дефекации в контейнер для кала, заполнив его примерно на 1/3.

4. Плотно закрыть контейнер завинчивающейся крышкой.

5. Разборчиво написать на этикетке контейнера ФИО, дату и время сбора кала.

6. Контейнер хранить в холодильнике и принести в клинику в указанное регистратурой место в день сбора материала.

 **Правила сбора кала на яйца гельминтов и простейшие**

Исследование кала на яйца гельминтов (глистов) и простейшие (амебу) проводится с целью выявления паразитов в желудочно-кишечном тракте.

1. Выяснить в регистратуре, куда приносить кал для анализа.

2. Подготовить контейнер для сбора кала с ложечкой-шпателем.

3. Кал собрать после самостоятельной дефекации в контейнер для кала, заполнив его примерно на 1/3.

4. Плотно закрыть контейнер завинчивающейся крышкой.

5. Разборчиво написать на этикетке контейнера ФИО, дату и время сбора кала.

6. Контейнер хранить в холодильнике и принести в клинику в указанное регистратурой место в день сбора материала.

 **Правила сбора кала на скрытую кровь**

Анализ кала на скрытую кровь проводится для выявления кровотечения из органов желудочно-кишечного тракта

Кал собирают не ранее, чем через 3 дня после отмены препаратов железа, висмута, слабительных, проведения рентгена желудочно-кишечного тракта или клизмы. За 2 дня до сдачи анализа из пищевого рациона исключается мясо, свежие овощи и фрукты.

1. Выяснить в регистратуре, куда приносить кал для анализа.

2. Подготовить контейнер для сбора кала с ложечкой-шпателем.

3. Кал собрать после самостоятельной дефекации в контейнер для кала, заполнив его примерно на 1/3.

4. Плотно закрыть контейнер завинчивающейся крышкой.

5. Разборчиво написать на этикетке контейнера ФИО, дату и время сбора кала.

6. Контейнер хранить в холодильнике и принести в клинику в указанное регистратурой место в день сбора материала.

 **Правила сбора биоматериала на энтеробиоз**

Исследование на энтеробиоз проводится с целью выявления яиц остриц.

1. Выяснить в регистратуре, куда приносить биоматериал для анализа.

2. Подготовить (взять в регистратуре) специальный контейнер для сбора биоматериала со шпателем, имеющим клейкий слой.

3. Утром сразу после сна до проведения гигиенических процедур раздвинуть ягодицы и прижать к заднему проходу клейкий слой шпателя. Яйца остриц приклеятся к шпателю.

4. Вставить шпатель в контейнер и плотно закрыть завинчивающейся крышкой.

5. Разборчиво написать на этикетке контейнера ФИО, дату и время сбора кала.

6. Контейнер хранить в холодильнике и принести в клинику в указанное регистратурой место в день сбора материала.

Примечание: после туалета промежности или принятия душа яйца остриц вымываются из складок прямой кишки и анализ будет недостоверным.

 **Подготовка к клиническому анализу крови**

Для получения достоверного результата, следует соблюдать правила сдачи:

Не курить в течение полутора-двух часов, так как никотин вызывает спазм периферических сосудов. Это уменьшает доступ крови к кончикам пальцев и затрудняет получение образца. По этой же причине не рекомендуется пить крепкий чай или кофе.

Исключить очень жирную пищу и алкоголь, так как повышенный уровень холестерина и других веществ в крови может повлиять на показатель СОЭ, который обязательно определяют при этом исследовании.

Не желательно в течение суток перед сдачей анализа принимать некоторые препараты, влияющие на свертывающую систему крови. К ним относят популярные нестероидные анальгетики.

Плановый клинический анализ крови не следует сдавать на фоне вирусной инфекции, а также в течение недели после выздоровления. Эти заболевания значительно влияют на клеточный состав.

В отличие от биохимического исследования, общий анализ можно выполнять и через короткий промежуток времени (около часа) после последнего приема пищи.

Сдавать кровь натощак или нет – решать вам. Если планируется проведение только клинического анализа, то вполне можно неплотно позавтракать. В случае же комплексного обследования желательно воздержаться от приема пищи и сладких напитков.

 **Подготовка к биохимическому анализу крови**

От правильности подготовки к биохимическому анализу крови во многом зависит результат. В связи с вариабельностью многих показателей крови перед анализом следует строго(!) придерживаться следующих правил:

- сдавать анализ нужно строго натощак, после 8-12 часов голодания, можно пить только не газированную воду;

- нельзя утром в день анализа жевать жевачку, есть мятные леденцы (даже без сахара);

- запрещено пить кофе, чай, соки, газированную и сладкую воду;

- алкоголь желательно полностью исключить за 14 дней до посещения лаборатории;

- не изменять своему рациону питания за 3 дня до анализа, но постараться исключать в пище жирные, острые и жареные блюда;

- отменить занятия спортом за 3 дня до исследования;

- придя утром в лабораторию, сядьте и отдохните 10-15 минут;

- сдавать биохимический анализ крови нужно утром, с 7 до 11 часов утра, поскольку все нормы разработаны именно на это время;

- если Вы принимаете какие-либо медикаменты — отмените, если это возможно, их прием за 3 дня до исследования; если это не возможно — предупредите лечащего врача;

- желательно сдавать анализы в одной и той же лаборатории.

Биохимический анализ крови нужно сдавать до того как идти на процедуры или другие обследования (сканирование, массаж).

И помните, расшифровать биохимический анализ крови может только врач.