

Правила подготовки больных к клинико-диагностическим исследованиям

Для наиболее точного диагностирования заболеваний недостаточно самого современного лабораторного оборудования. Точность результатов зависит не только от используемых реактивов и аппаратуры, но и от времени и правильности сбора исследуемого материала. При несоблюдении основных правил подготовки к анализам их результаты могут быть значительно искажены.

ЛАБОРАТОРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЕ КРОВИ

Для исследования крови более всего подходят утренние часы. Для большинства исследований кровь берется строго натощак. Кофе, чай и сок - это тоже еда. Можно пить воду.

Рекомендуются следующие промежутки времени после последнего приема пищи:

для общего анализа крови не менее 3-х часов;

для биохимического анализа крови желательно не есть 12-14 часов (но не менее 8 часов).

За 2 дня до обследования необходимо отказаться от алкоголя, жирной и жареной пищи.

За 1-2 часа до забора крови не курить.

Перед исследованием крови следует максимально снизить физические нагрузки. Исключить бег, подъем по лестнице. Избегать эмоционального возбуждения. Минут 10-15 нужно отдохнуть, расслабиться и успокоиться.

Нельзя сдавать кровь сразу после физиотерапевтических процедур, ультразвукового и рентгенологического исследования, массажа и рефлексотерапии.

Перед сдачей крови нужно исключить перепады температур, то есть баню и сауну.

Перед гормональным исследованием крови у женщин репродуктивного возраста следует придерживаться рекомендаций лечащего врача о дне менструального цикла, в который необходимо сдать кровь, так как на результат анализа влияют физиологические факторы фазы менструального цикла.

Перед сдачей крови необходимо успокоиться, чтобы избежать немотивированного выброса в кровь гормонов и увеличение их показателя.

Для сдачи крови на вирусные гепатиты желательно за 2 дня до исследования исключить из рациона цитрусовые, оранжевые фрукты и овощи.

Для правильной оценки и сравнения результатов ваших лабораторных исследований рекомендуется проводить их в одной и той же лаборатории, так как в разных лабораториях могут применяться разные методы исследования и единицы измерения показателей.

ЛАБОРАТОРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЕ МОЧИ

Общеклинический анализ мочи:

-собирается только утренняя моча, взятая в середине мочеиспускания; -утренняя порция мочи: сбор производится сразу после подъема с постели, до приема утреннего кофе или чая; - предыдущее мочеиспускание было не позже, чем в 2 часа ночи; - перед сбором анализа мочи проводится тщательный туалет наружных половых органов; - в специальный контейнер с крышкой собирают 10 мл мочи, снабжают направлением, собранную мочу сразу направляют в лабораторию; - хранение мочи в холодильнике допускается при t 2-4 C, но не более 1,5 часов; -женщинам нельзя сдавать мочу во время менструации.

Сбор суточной мочи:

- пациент собирает мочу в течение 24 часов при обычном питьевом режиме (около 1,5 л в сутки); - утром в 6-8 часов он освобождает мочевого пузырь и выливает эту порцию, затем

в течение суток собирает всю мочу в чистый широкогорлый сосуд из темного стекла с крышкой емкостью не менее 2 л; - последняя порция берется в то же время, когда накануне был начат сбор, отмечается время начала и конца сбора; - емкость хранится в прохладном месте (лучше в холодильнике на нижней полке), заморозка не допускается; - по окончании сбора мочи измеряется её объем, мочу тщательно взбалтывают и отливают 50-100 мл в специальный контейнер, в котором она будет доставлена в лабораторию; - обязательно указывают объем суточной мочи.

Сбор мочи для исследования по Нечипоренко
(выявление скрытого воспалительного процесса)

- утром натощак собирают 10 мл утренней мочи, взятой в середине мочеиспускания в специальный лабораторный контейнер.

Сбор мочи для исследования по Зимницкому
(пациент учитывает количество выпитой жидкости за сутки)

- после опорожнения мочевого пузыря в 6 часов утра через каждые 3 часа в течение суток собирают мочу в отдельные емкости, на которых указывает время сбора или номер порции, всего 8 порций. 1 порция - с 6.00 до 9.00, 2 порция - с 9.00 до 12.00, 3 порция - с 12.00 до 15.00, 4 порция - с 15.00 до 18.00, 5 порция - с 18.00 до 21.00, 6 порция - с 21.00 до 24.00, 7 порция - с 24.00 до 3.00, 8 порция - с 3.00 до 6.00 часов; - все собранное количество мочи в 8 специальных контейнерах доставляется в лабораторию; - обязательно указать объем суточной мочи.

Сбор мочи для микробиологического исследования (посев мочи)
-утренняя моча собирается в стерильный лабораторный контейнер с крышкой; - первые 15 мл мочи для анализа не используются, берутся последующие 5- 10 мл; - собранная моча доставляется в лабораторию в течение 1,5 - 2 часов после сбора; - допускается хранение мочи в холодильнике, но не более 3-4 часов; - сбор мочи проводится до начала медикаментозного лечения; - если нужно оценить эффект проведенной терапии, то посев мочи производится по окончании курса лечения.

ЛАБОРАТОРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЕ КАЛА

- за 2-3дня до исследования избегать приема лекарственных препаратов, меняющих характер кала и вызывающих функциональные нарушения желудочно-кишечного тракта; - нельзя исследовать кал после клизмы, применения ректальных свечей, приема слабительных или красящих веществ, а также пилокарпина, препаратов железа, висмута, бария и др.; - кал не должен содержать посторонних примесей, таких как моча, дезинфицирующие вещества и др.; - подготовить чистую емкость для кала; - содержимое утреннего кала из 3-х точек собирается в контейнер и доставляется в лабораторию в течение 2-х часов.

Анализ кала на выявление глистных инвазий
- в течении двух дней больной не должен употреблять в пищу жесткую, плохо перевариваемую пищу ("пищевой мусор") - семечки, орехи, сырые овощи и фрукты со шкуркой, а также сорбенты - активированный уголь и прочее, а также грибы!

ИССЛЕДОВАНИЯ В ГИНЕКОЛОГИИ, УРОЛОГИИ

Для женщин:

- нельзя мочиться в течение 3-х часов до сдачи анализа (мазок, посев); - не рекомендуется вступать в половой контакт за 36 часов, тем более с использованием противозачаточных средств которые могут исказить результат, так как обладают антибактериальным действием; - накануне нельзя подмываться антибактериальным мылом и спринцеваться; - нельзя применять антибиотики внутрь; - нельзя сдавать анализы во время менструации.

Для мужчин:

- нельзя ходить в туалет за 3 часа до сдачи анализа; - нельзя принимать внутрь уросептики, антибиотики; - применять наружно растворы, обладающие дезинфицирующим действием, мыло с антибактериальным действием; - не рекомендуется вступать в половой контакт за 36 часов до сдачи анализов.

АНАЛИЗ МОКРОТЫ

- анализ собирается в стерильный лабораторный контейнер; - перед сбором мокроты необходимо почистить зубы, прополоскать рот и горло;

УЛЬТРАЗВУКОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

Подготовка к УЗИ брюшной полости

За 2-3 дня до обследования рекомендуется перейти на бесшлаковую диету, исключить из рациона продукты, усиливающие газообразование в кишечнике (сырые овощи, богатые растительной клетчаткой, цельное молоко, черный хлеб, бобовые, газированные напитки, а также высококалорийные кондитерские изделия - пирожные, торты);

Пациентам, имеющим проблемы с ЖКТ (запоры) целесообразно в течение этого промежутка времени принимать ферментные препараты и энтеросорбенты (например, фестал, мезим-форте, активированный уголь или эспумизан по 1 таблетке 3 раза в день), которые помогут уменьшить проявления метеоризма;

УЗИ органов брюшной полости необходимо проводить натощак, если исследование невозможно провести утром, допускается легкий завтрак;

Если Вы принимаете лекарственные средства, предупредите об этом врача УЗИ;

Нельзя проводить исследование после гастро- и колоноскопии, а также R-исследований органов ЖКТ.

Подготовка к УЗИ органов малого таза (мочевой пузырь, матка, придатки у женщин)

Исследование проводится при полном мочевом пузыре, поэтому необходимо не мочиться до исследования в течение 3-4 часов и выпить 1 л негазированной жидкости за 1 час до процедуры.

Для трансвагинального УЗИ (ТВС) специальная подготовка не требуется. В случае, если у пациента проблемы с ЖКТ - необходимо провести очистительную клизму накануне вечером.

Подготовка к УЗИ мочевого пузыря и простаты у мужчин

Исследование проводится при полном мочевом пузыре, поэтому необходимо не мочиться до исследования в течение 3-4 часов и выпить 1 л негазированной жидкости за 1 час до процедуры.

Перед трансректальном исследовании простаты (ТРУЗИ) необходимо сделать очистительную клизму.

Подготовка к УЗИ молочных желез

Исследование молочных желез желательно проводить в первые 7-10 дней менструального цикла (1 фаза цикла).

Подготовка к УЗИ поясничного отдела позвоночника

Исследование проводится строго натощак после 4-х часового голодания.

За два дня обеспечить бесшлаковую диету.

Очистительная клизма накануне вечером и утром, непосредственно в день исследования.

УЗИ щитовидной железы, лимфатических узлов и почек - не требуют специальной подготовки пациента.

Пациенту с собой необходимо иметь:

- данные предыдущих исследований УЗИ (для определения динамики заболевания);

- направление на УЗ исследование (цель исследования, наличие сопутствующих заболеваний...);
- большое полотенце или пеленку.

ЭНДОСКОПИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

Фиброгастродуоденоскопия

как правильно подготовиться:

-явка как минимум за 5 минут до назначенного времени;

утром в день исследования до ФГДС ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- завтракать и принимать любую пищу, даже если исследование проходит во второй половине дня

утром в день исследования до ФГДС НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ:

-курить

-принимать лекарства в таблетках (капсулах) внутрь

утром в день исследования до проведения ФГДС РАЗРЕШАЕТСЯ:

-чистить зубы

-делать УЗИ брюшной полости и других органов

-за 2-4 часа пить воду, некрепкий чай с сахаром (без хлеба, варенья, конфет...)

-принимать лекарства, которые можно рассасывать в полости рта, не заглатывая или взять с собой

-делать уколы, если не требуется после укола прием пищи и нет возможности сделать его после ФГДС

перед исследованием нужно снять съемные зубные протезы, очки, галстук.

Накануне вечером: легкоусвояемый (без салатов!) ужин до 18.00 час.

Никакой специальной диеты перед ФГС (ФГДС) не требуется, но:

- шоколад (шоколадные конфеты), семечки, орехи, острые блюда и алкоголь исключить за 2 дня;

- при исследовании с 11 часов и позже - желательно утром и за 2-3 часа до процедуры выпить мелкими глотками один стакан негазированной воды или некрепкого чая (без варения, конфет, печенья, хлеба и др.);

Важно, чтобы:

а) одежда была просторной, ворот и ремень расстегнуты;

б) духами, одеколоном Вы не пользовались;

Вы своевременно предупредили врача о наличии у Вас лекарственной, пищевой и иной аллергии.

Больному с собой необходимо иметь:

- постоянно принимаемые лекарства (принять после осмотра, а под язык или спрей при ИБС, бронхиальной астме - до осмотра!);

- данные предыдущих исследований ФГДС (для определения динамики заболевания) и биопсии (для уточнения показаний к повторной биопсии);

- направление на ФГДС исследование (цель исследования, наличие сопутствующих заболеваний);

- полотенце хорошо впитывающее жидкость или пеленку.

Памятка для пациента подготовки к колоноскопии:

Подготовка начинается за несколько дней до проведения исследования с соблюдения диеты и очистки кишечника накануне проведения исследования. Качественная подготовка напрямую влияет на качество проведения исследования.

Рацион питания.

За 2 дня до исследования необходимо соблюдать диету с низким содержанием клетчатки (при хронических запорах – за 3 дня до исследования).

РАЗРЕШЕНО:

Белковая пища:

яйца, сыр; обезжиренное молоко и кисломолочные продукты; отварное нежирное мясо и птица (кроме колбасных изделий); нежирные сорта рыбы; макароны из твердых сортов пшеницы; сахар, мед.

Жидкости:

прозрачные бульоны; чай и кофе (можно с молоком); безалкогольные неокрашенные напитки, вода.

ИСКЛЮЧИТЬ:

Продукты, богатые клетчаткой – растительная пища:

овощи, фрукты, ягоды, зелень - в любом виде; хлебобулочные изделия; крупы, каши, злаковые, бобовые; кунжут, орехи, мак, семечки и мелкие зерна, а также продукты, содержащие косточки и зерна (хлеб со злаками и семечками, варенье и т.д.); морские водоросли, грибы.

Жидкости:

алкоголь; сладкие окрашенные напитки; тан, кумыс, квас.

Накануне дня исследования прием твердой пищи необходимо полностью исключить после 13.00, далее пить прозрачные жидкости в любом количестве:

- утром - легкий завтрак (согласно списку разрешенных продуктов),
- до 13:00 – обед (также согласно списку разрешенных продуктов),
- ужин – только разрешенные жидкости (прозрачные бульоны, чай и кофе (уже без молока), прозрачный светлый сок без мякоти (яблочный), вода, безалкогольные неокрашенные напитки).

Утром в день исследования, после окончания подготовки (если не предполагается внутривенная анестезия или одномоментное проведение эзофагогастродуоденоскопии), можно выпить сладкий чай, прозрачные бесцветные или жёлтого цвета жидкости. Прекратить приём всех жидкостей следует не позже, чем за 2 часа до исследования (это не относится к приему препарата для подготовки к исследованию, который утром в день исследования принимается обязательно!).

Препараты для очищения кишечника перед колоноскопией:

Препараты, которые используются для подготовки к колоноскопии, содержат макрогол (полиэтиленгликоль) и имеют разные названия и разных производителей. Наиболее распространенными являются:

Мовипреп (Великобритания),
Фортранс (Франция),
Д-Форжект (Беларусь),
Фордрайв (Беларусь).

Форма выпуска - порошок. В зависимости от препарата, необходимо приготовить от 2 до 4 литров раствора для подготовки.

Схема подготовки к колоноскопии препаратом Мовипреп+Симетикон.

Обязательна двухэтапная подготовка, независимо от времени назначенного исследования. Время приема раствора обсуждается с врачом и зависит от того, на какое время назначено исследование.

Вечером накануне исследования необходимо выпить 1 литр препарата Мовипреп с 18:00 до 19:00 (или с 19:00 до 20:00), после которого выпить еще 500 мл разрешенной жидкости (вода, прозрачный бульон, фруктовый сок без мякоти, компот без ягод, безалкогольные неокрашенные напитки, чай и кофе без молока).

Утром в день исследования выпить еще 1 литр препарата Мовипреп, в последний стакан которого необходимо добавить пеногаситель – 1/2 флакона эмульсии Симетикона (сироп, т.е. жидкая форма! Не таблетки и не капсулы!), Эспумизана, Боботика или Сабсимплекса, после чего выпить еще 500 мл разрешенной жидкости (вода, прозрачный бульон, фруктовый сок без мякоти, компот без ягод, безалкогольные неокрашенные напитки, чай и кофе без молока).

* Время утреннего приема препарата выбрать таким образом, чтобы от момента окончания приема препарата до исследования прошло около 4 часов.

Например:

Время начала	Оптимальный утренний
исследования:	приём препарата:
9.00	с 4.00 до 5.00
10.00	с 5.00 до 6.00
11.00	с 7.00 до 8.00
12.00	с 8.00 до 9.00
13.00	с 9.00 до 10.00 и т.д.

В упаковке 2 саше «А» и два саше «Б» для приготовления двух литров раствора. Для приготовления одного литра раствора препарата необходимо содержимое одного саше А и одного саше Б растворить в небольшом количестве воды, затем довести объем раствора водой до одного литра (приготовление раствора также подробно описано в инструкции к препарату).

Схема подготовки к колоноскопии препаратом Эзиклен+ Симетикон.

Обязательна двухэтапная подготовка, не зависимо от времени назначенного исследования. Время приема раствора обсуждается с врачом и зависит от того, на какое время назначено исследование.

Вечером накануне исследования необходимо выпить 500 мл раствора Эзиклен с 18:00 до 19:00 (или с 19:00 до 20:00), после которого выпить еще 1 литр разрешенной жидкости (вода, прозрачный бульон, фруктовый сок без мякоти, компот без ягод, безалкогольные неокрашенные напитки, чай и кофе без молока).

Утром в день исследования выпить еще 500 мл раствора Эзиклен, в который необходимо добавить пеногаситель – 1/2 флакона эмульсии Симетикона (сироп, т.е. жидкая форма! Не таблетки и не капсулы!), Эспумизана, Боботика, или Сабсимплекса, после чего выпить еще 1 литр разрешенной жидкости (вода, прозрачный бульон, фруктовый сок без мякоти, компот без ягод, безалкогольные неокрашенные напитки, чай и кофе без молока).

* Время утреннего приёма препарата выбрать аналогичным образом, как описано ранее.

Схема подготовки к колоноскопии препаратом Фортранс+Симетикон.

Обязательна двухэтапная подготовка, не зависимо от времени назначенного исследования. Время приема раствора обсуждается с врачом и зависит от того, на какое время назначено исследование.

Вечером накануне исследования необходимо выпить 2 литра раствора препарата Фортранс с 18:00 до 20:00 (или с 19:00 до 21:00).

Утром в день исследования выпить еще 2 литра раствора препарата Фортранс, в последний стакан которого необходимо добавить пеногаситель – 1/2 флакона эмульсии Симетикона (сироп, т.е. жидкая форма! Не таблетки и не капсулы!), Эспумизана, Боботика, или Сабсимплекса.

* Время утреннего приёма препарата выбрать аналогичным образом, как описано ранее.

Общие рекомендации по подготовке препаратами.

Любой из растворов следует пить дробно, небольшими глотками (залпом не пить!) - 250 мл (1 стакан) каждые 15 минут. В самом начале приема раствора препарата или при быстром его приеме в большом количестве может появиться тошнота, рвота.

При затруднении приема раствора препарата, связанном с его вкусовыми качествами, можно пить раствор охлажденным, через коктейльную трубочку (соломинку), в промежутках пить или запивать раствор небольшим количеством воды, сладкого чая, а также рассасывать леденцовую карамель

(конфетки леденцы типа «барбарис»), мед, лимон и т.д.

Во время приема препарата рекомендуется соблюдать двигательную активность (ходить по квартире, выполнять круговые движения корпусом тела, приседания), хорошо выполнять самомассаж живота, особенно в случаях замедленного действия препарата.

Активное действие препарата продолжается 1,5-2 часа после приёма утренней порции препарата (действие вечерней порции может продолжаться до 3-4 часов) - в это время будет интенсивный жидкий стул. В конце приема утренней порции препарата стул должен измениться на прозрачную бесцветную и светло-жёлтую жидкость, что свидетельствует о готовности пациента к исследованию.

В случае несоблюдения вышеуказанной дозировки кишечник очистится не полностью и исследование будет не информативным, придется готовиться и проходить колоноскопию повторно!

ВАЖНО!

- Если Вы принимаете препараты, нормализующие давление, сердечный ритм и т.д., прием их обязателен в стандартном режиме.
- Прием данных препаратов рекомендуется не ранее, чем через 1 час после окончания приема препарата для подготовки к колоноскопии.
- Категорически нельзя уменьшать объем раствора и жидкости.
- Нельзя дополнительно (или вместо) проводить процедуру очищения толстой кишки клизмами!
- Нельзя принимать вазелиновое масло!

Правила подготовки к колоноскопии при проведении общей анестезии (наркоза).

Накануне исследования проводится осмотр врачом-анестезиологом.

ВАЖНО! Обо всех лекарствах, которые пациент принимает постоянно, необходимо сообщить врачу-анестезиологу! Накануне исследования приём алкогольных напитков строго воспрещен!

В день исследования:

1. Не принимать пищу и лекарства, кроме слабительных препаратов.

2. Приём жидкости разрешается не позднее, чем за 2 часа до исследования.
3. Явиться в больницу за 30 минут до исследования.
4. Если пациент заболел накануне или в день исследования, необходимо Предупредить об этом врача-анестезиолога.
Проведение исследования на фоне начинающегося или остро текущего заболевания может привести к осложнениям.
5. Чтобы добраться из больницы до дома после исследования, необходим сопровождающий. Возможна поездка только на легковом автомобиле или такси. Самостоятельное вождение, пользование автобусом, маршрутным такси – недопустимо.
6. В день исследования, после возвращения из учреждения, пациенту запрещено участвовать в любых праздничных, развлекательных мероприятиях, заниматься спортом.
7. До 8 часов утра дня, следующего за исследованием пациент должен находится дома и соблюдать полупостельный режим.
8. До 8 часов утра дня, следующего за исследованием, рядом с пациентом должен неотлучно находится взрослый дееспособный доверенный человек.

Если у Вас отсутствует возможность выполнить данные правила, то проведение общей анестезии (наркоза) невозможно!

Подготовка к МРТ

Не требуется специальной подготовки:

- МРТ головного мозга + сосуды;
- МРТ ШОП,ГОП,ПОП;
- МРТ коленного сустава;

Подготовка к МРТ брюшной полости (общая подготовка):

1. **За сутки** исключить грубую клетчатку (*капуста, и др. овощи и фрукты*), газированные напитки, черный хлеб, кисломолочные продукты;
2. **Принять активированный уголь** (2 таблетки на 10 кг массы тела), или «Эспумизан»
3. **Исследование проводится натощак** (*последний прием пищи должен быть не позже, чем 4-5 часов до исследования*).
4. **За 30-40 минут перед началом исследования принять 2 таблетки «Но-шпы»**

Подготовка к МРТ малого таза (общая подготовка):

ВНИМАНИЕ! Для пациентов страдающих сахарным диабетом из-за ограничения продуктов **ОБЯЗАТЕЛЬНО** проконсультируйтесь с врачом с целью коррекции диеты и дозы инсулина.

Диета:

Вместо ужина, рекомендовано:

- зеленый чай;
- небольшие порции отварной или приготовленной на пару курицы, индейки, телятины;
- нежирная рыба и морепродукты;
- мучные изделия, приготовленные из муки высшего сорта, белый рис;
- нежирные прозрачные мясные бульоны;
- яйца птицы;
- Чистую негазированную воду можно пить в любое время.
- Исключить из рациона продукты, которые способствуют метеоризму, вызывают вздутие и объемные каловые массы.

ВАЖНО! За день до МРТ исключить из рациона:

- овощи с семечками и кожурой (*капуста, редька, репа, чеснок, шпинат, щавель*)
- цельнозерновые каши (*перловая, пшеничная, бурый рис*)
- бобовые (*горох, фасоль, чечевица*)
- жесткое волокнистое мясо (*говядина, баранина, свинина*)
- некоторые фрукты и ягоды (*абрикосы, виноград, персики, малина, арбуз, дыня*)

- копчености и соления, салатные заправки с сменами и кусочками овощей, горчица в зернах

- хлебобулочные изделия с начинкой из орехов или сухофруктов

- попкорн, мармелад

- соки и напитки с добавлением фиолетового или красного красителя

- магазинные йогурты с вкраплением орехов, семечек, ягод или кусочков фруктов

- напитки, приготовленные путем брожения.

ВАЖНО! Для оптимальной подготовки к МРТ таза (мужского и женского), рекомендован однократный прием слабительных препаратов день накануне исследования:

- ПИКОПРЕП;

-ЛАВАКОЛ;

-ФОРТРАНС.

Препараты рекомендуется принимать 14.00 – 19.00

ВАЖНО!

1. Утром натощак в день МРТ выпить любой препарат из группы энтеросорбентов (*Полисорб, Энтеросгель, Полифепан, Карбопект, Атоксил, Полифан, Неосмектин, Смекта*)

2. После завтрака или обеда выпить 2 таблетки (доза 4мг) замедляющих перистальтику кишечника (*Имодиум, Лоперамид, Стоперан, Лофлатил, Лопедиум*)

3. Выпить за 20 минут непосредственно перед исследованием 2 таблетки «*Но-шпы*» (для уменьшения перистальтики-движения кишечника)

ДЛЯ ЖЕНЩИН!!!ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОВОДИТСЯ НА 6-12 **ДЕНЬ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА!!!**

(1 день цикла – появление выделений, при сохранном цикле. Если принимаются гормонозамещающие препараты, необходимо знать их названия).

Подготовка к МРТ брюшной полости и забрюшинного пространства (почки, надпочечники)
(общая подготовка):

1. **За сутки** исключить грубую клетчатку (*капуста, и др. овощи и фрукты*), газированные напитки, черный хлеб, кисломолочные продукты;
2. **Принять активированный уголь** (2 таблетки на 10 кг массы тела), или «Эспумизан»
3. **Исследование проводится натощак** (*последний прием пищи должен быть не позже, чем 4-5 часов до исследования*).
4. **За 30 минут перед началом исследования принять 2 таблетки «Но-шпы»**
5. **С собой иметь анализ крови на креатинин, сроком не более месяца** (при исследовании с контрастом).

Подготовка к МРТ малого таза (общая подготовка):

1. **Утром натощак в день МРТ выпить любой препарат из группы энтеросорбентов** (*Полисорб, Энтеросгель, Полифепан, Карбопект, Атоксил, Полифан, Неосмектин, Смекта*)
2. **После завтрака или обеда выпить 2 таблетки (доза 4мг) замедляющих перистальтику кишечника** (*Имодиум, Лоперамид, Стоперан, Лофлатил, Лопедиум*)
3. **Выпить за 30 минут непосредственно перед исследованием 2 таблетки «Но-шпы»** (для уменьшения перистальтики-движения кишечника).
4. **С собой иметь анализ крови на креатинин, сроком не более месяца** (при исследовании с контрастом).

ВАЖНО! Для оптимальной подготовки к МРТ таза (мужского и женского), рекомендован однократный прием слабительных препаратов накануне исследования:

- ПИКОПРЕП;
- ЛАВАКОЛ;
- ФОРТРАНС.

Препараты рекомендуется принимать 14.00 – 19.00

ДЛЯ ЖЕНЩИН!!!ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОВОДИТСЯ НА 6-12
ДЕНЬ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА!!!

(1 день цикла – появление выделений, при сохранном цикле. Если принимаются гормонозамещающие препараты, необходимо знать их названия).

ВНИМАНИЕ! Для пациентов страдающих сахарным диабетом из-за ограничения продуктов **ОБЯЗАТЕЛЬНО** проконсультируйтесь с врачом с целью коррекции диеты и дозы инсулина.

Диета:

Вместо ужина, рекомендовано:

- зеленый чай;
- небольшие порции отварной или приготовленной на пару курицы, индейки, телятины;
- нежирная рыба и морепродукты;
- мучные изделия, приготовленные из муки высшего сорта, белый рис;
- нежирные прозрачные мясные бульоны;
- яйца птицы;
- Чистую негазированную воду можно пить в любое время.
- Исключить из рациона продукты, которые способствуют метеоризму, вызывают вздутие и объемные каловые массы.

ВАЖНО! За день до МРТ исключить из рациона:

- овощи с семечками и кожурой (*капуста, редька, репа, чеснок, шпинат, щавель*)
- цельнозерновые каши (*перловая, пшеничная, бурый рис*)
- бобовые (*горох, фасоль, чечевица*)
- жесткое волокнистое мясо (*говядина, баранина, свинина*)
- некоторые фрукты и ягоды (*абрикосы, виноград, персики, малина, арбуз, дыня*)
- копчености и соленья, салатные заправки с сменами и кусочками овощей, горчица в зернах
- хлебобулочные изделия с начинкой из орехов или сухофруктов
- попкорн, мармелад
- соки и напитки с добавлением фиолетового или красного красителя
- магазинные йогурты с вкраплением орехов, семечек, ягод или кусочков фруктов
- напитки, приготовленные путем брожения.