

## Правила подготовки и сбора Общего Анализа Мочи (ОАМ)

1. Полностью оформленное направление врачом отделения спортивной медицины:

Фамилия, Имя, Отчество, дата рождения (00.00.0000), вид спорта.

2. За три дня до исследования применяется обычный водно-солевой режим.



**3. Общий анализ мочи собирается строго рано утром после пробуждения** в одноразовый пластмассовый маркированный контейнер (для исследования необходимо собрать 30–50 мл мочи **строго из «средней» порции**).

4. При доставке пробу не загрязнять, не перегревать и не замораживать.

**5. Правильно собранная моча доставляется в лабораторию до 10-00 (десяти) часов утра.**

Без направления и/или при невыполнении правил по сбору и доставке биологического материала исследования не проводятся.

Соблюдение требований важно для того, чтобы избежать искажения результатов анализа!

---

## Правила подготовки и сдачи Общего Анализа Крови (ОАК)

1. Полностью оформленное направление врачом отделения спортивной медицины:

Фамилия, Имя, Отчество, дата рождения (00.00.0000), вид спорта.

2. За три дня до сдачи ОАК исключить курение, алкоголь, энергетики, наркотики.

3. Накануне перед предполагаемой сдачей ОАК не переедать, не тренироваться.

4. Утром ничего не есть, не пить, не жевать жевательную резинку, не чистить зубы (строго натощак) не менее 8 часов!

**5. Общий анализ крови сдаётся строго натощак только утром, в лаборатории с 08-00 до 11-00 часов утра.**

Без направления и/или при невыполнении правил подготовки исследования не проводятся.

Соблюдение требований важно для того, чтобы избежать искажения результатов анализа!

## **Правила подготовки и сдачи Биохимический анализ крови**

- Биохимические исследования выполняются **строго** натощак.
- Между последним приемом пищи и взятием крови проходит не менее 8 часов (желательно - не менее 12 часов). Сок, чай, кофе (тем более с сахаром) - не допускаются. Можно пить воду.
- Избегать приема алкоголя и существенных изменений в питании и режиме дня.
- За два часа до сдачи крови на исследование необходимо воздержаться от курения.
- По возможности воздержитесь от приема лекарств. (если Вы испытываете трудности с отменой лекарств, то обязательно сообщите об этом врачу).

Все анализы крови делают до проведения рентгенографии, УЗИ и физиотерапевтических процедур.

Без направления и/или при невыполнении правил подготовки исследования не проводятся. Соблюдение требований важно для того, чтобы избежать искажения результатов анализа!