

Подготовка к сдаче анализов

1. Сдача крови натощак между 7.00 и 9.00. Воздержание от приема пищи 12-14 часов, не более. Разрешается питье воды;
2. Накануне взятия крови воздержаться от приема алкоголя (24-часовое воздержание), физической активности (спорт);
3. Вечером накануне не есть жирную пищу;
4. Не курить с утра до исследования;
5. Исключаем за сутки до сдачи - лекарственные препараты (по согласованию с врачом). Препараты, принимаемые по жизненным показаниям не исключать;
6. За 3 дня до взятия крови избегать чрезмерных и экстремальных физических нагрузок
7. Нельзя сдавать кровь после массажа, инструментальных обследований – Рентген, УЗИ, МРТ и т.п., физиотерапевтических процедур в течении 5-7 дней;
8. В течении 10 минут до взятия крови быть в состоянии покоя (в положении сидя).

Если контролируете лабораторные анализы в динамике, то лучше каждый раз сдавать анализы в одной и той же лаборатории, в одно и тоже время.