



Подготовка к сдаче анализов крови

Для повышения информативности и точности результатов исследования необходимо соблюдать следующую подготовку:

- на сдачу биоматериала необходимо прибыть утром **натощак** (последний прием пищи за 10-14 часов до исследования); воду негазированную в небольшом количестве **пить можно** (не более 100 мл) – это способствует легкому забору крови и на искажение результатов исследования не повлияет;
- **за 1-2 дня** до исследования воздержаться от употребления продуктов с высоким содержанием жиров;
- перед сдачей крови нужно **исключить** физические и эмоциональные нагрузки (бег, быстрый подъем по лестнице, эмоциональное возбуждение);
- **исключить** прием алкоголя накануне и курение за 1-2 часа до сдачи анализа;
- **за 15 минут** до сдачи крови рекомендуется отдохнуть, успокоиться.

 **Не следует сдавать кровь** для лабораторного исследования сразу после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования, рентгенологического и ультразвукового исследований, массажа и других медицинских процедур.
