

ПОДГОТОВКА К ДИАГНОСТИКЕ И ПРИЁМАМ ВРАЧЕЙ В ООО «ЮВИКС-ФАРМ» МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ «АФИПСКИЙ»

Что взять с собой

- **Документы.** Паспорт, полис, СНИЛС.
 - **Результаты прошлых обследований.** Выписки, заключения, снимки, протоколы кольпоскопии, гистология, ПЦР на ВПЧ и т. п. Динамика важна для оценки изменений.
 - **Календарь менструаций или запись о дате начала последней менструации и длительности цикла** — актуально для гинекологических исследований.
 - **Список принимаемых препаратов** (названия, дозировки, кратность приёма) либо упаковки. Не отменяйте терапию без согласования с врачом.
 - **Одноразовую пелёнку/подследники** (в клинике обычно предоставляют, но можно взять свои для комфорта).
-

Общие правила для всех пациентов

- **Приходите за 10–15 минут до приёма**, чтобы спокойно оформить документы.
- **Наденьте удобную одежду**, которую легко снять или расстегнуть. Для УЗИ щитовидной железы — с открытым горлом, для суставов — которую можно закатать.
- **Не наносите кремы, масла, лечебные мази, парфюмированные средства** на область исследования в день приёма.
- **Сообщите врачу:**
 - о хронических заболеваниях и аллергиях (в том числе на лекарства, контрастные вещества, латекс);
 - о беременности, лактации;
 - о недавних операциях, травмах, проведённых исследованиях (рентген, гастроскопия, колоноскопия, физиопроцедуры);
 - если принимаете препараты, влияющие на тонус сосудов, ЖКТ, свёртываемость крови.
- **Избегайте стресса и тяжёлых физических нагрузок** накануне и в день обследования.
- **Не приходите сразу после гастроскопии, колоноскопии или рентгена с контрастом:** воздух в ЖКТ и остатки контраста ухудшают визуализацию соседних органов.

Подготовка к лабораторным исследованиям (анализы крови и др.)

- **Сдавайте утром, натощак:** не ешьте 8–12 часов, пить можно только чистую воду без газа.
 - **За 1–2 дня исключите** алкоголь, жирную и очень острую пищу.
 - **За час до забора посидите спокойно 10–15 минут:** физическая нагрузка и стресс влияют на показатели.
 - **Не сдавайте кровь сразу после** физиопроцедур, рентгена, массажа.
 - **Для гормональных анализов у женщин** учитывайте фазу цикла — уточните у врача, в какой день сдавать конкретный анализ.
-

Подготовка к УЗИ

УЗИ брюшной полости

- **Диета за 2–3 дня:** исключите продукты, вызывающие газообразование (чёрный хлеб, молоко, бобовые, капусту, свежие фрукты и овощи, газировку, сладости).
- **Последний приём пищи:** не позднее 19:00–20:00 накануне; при дневном УЗИ — за 6–8 часов до процедуры.
- **В день исследования — строго натощак,** воду не пить за 2 часа до УЗИ.
- **Откажитесь от курения и жевательной резинки** минимум за 2 часа: они провоцируют заглатывание воздуха и спазм желчевыводящих путей.
- **По согласованию с врачом** можно принимать сорбенты или средства на основе симетикона за 2–3 дня для снижения газообразования.

Трансабдоминальное УЗИ малого таза и мочевого пузыря

- **Наполните мочевой пузырь:** выпейте 0,5–1 л негазированной воды за 1–1,5 часа до исследования, не мочитесь. Если позывы слишком сильные, можно немного опорожнить пузырь и допить ещё 200–300 мл воды.
- **Желательно опорожнить кишечник естественным путём** перед исследованием — это улучшает визуализацию. Клизмы не требуются, если врач не назначил.

Трансвагинальное УЗИ (у женщин) и ТРУЗИ (у мужчин)

- **Мочевой пузырь должен быть пустым:** перед процедурой посетите туалет.
- **Сообщите об аллергии на латекс:** на датчик надевают презерватив; в клинике есть гипоаллергенные варианты.

- **Достаточно обычного душа;** спринцевания и интенсивное подмывание с антисептиками не нужны.

УЗИ щитовидной железы, лимфоузлов, мягких тканей, суставов

- **Одежда должна открывать нужную зону.**
- **Не наносите кремы и мази** на область исследования.

УЗИ молочных желёз

- **Оптимальные дни цикла:** 5–12-й день (от первого дня менструации).
- **Исключите за 1–2 дня** тепловые процедуры, массаж груди, физиотерапию в этой зоне.

Эхокардиография (УЗИ сердца)

- **Избегайте физической нагрузки** за 30–60 минут до исследования.
- **Откажитесь от кофе, крепкого чая, энергетиков и сигарет** минимум за 2 часа.

УЗИ сосудов (доплерография)

- **Не переохлаждайтесь:** перед исследованием посидите 10–15 минут в тепле.
- **Уточните у врача,** нужно ли снимать компрессионное бельё на время исследования.

Подготовка к кольпоскопии

- **Сроки:** оптимально проводить в первой фазе цикла (примерно с 5–7-го по 16-й день), сразу после окончания менструации. Во время менструации и в овуляторный период исследование не проводят.
- **За 4–5 дней** прекратите использование любых вагинальных средств (свечи, кремы, тампоны).
- **За 2–3 дня** откажитесь от спринцеваний.
- **За 2 дня** для подмывания используйте только тёплую воду, без моющих средств.
- **За 1–2 дня** не используйте лубриканты и воздержитесь от вагинальных половых актов (при необходимости — только с презервативом).
- **Не брейте интимную зону накануне:** микроповреждения могут вызвать локальное воспаление.
- **Не делайте трансвагинальное УЗИ и не сдавайте мазки в тот же день:** гель и манипуляции мешают равномерному распределению растворов при расширенной кольпоскопии.

- **При приёме антибиотиков** обсудите с врачом сроки проведения кольпоскопии (часто оптимально выждать 2–3 недели после курса).
 - **В день исследования** не мочитесь за 2–3 часа, если одновременно планируется взятие мазков/ПЦР.
-

Подготовка к другим процедурам

ЭКГ

- **Избегайте кофеина, алкоголя, тяжёлой физической нагрузки** в день исследования.
- **Кожа должна быть чистой**, без кремов и масел — это улучшает контакт электродов.