

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К ИССЛЕДОВАНИЮ КРОВИ

для анализа на микроэлементы

Исследование микроэлементного состава крови рекомендуется проводить не ранее чем через 4 недели после проведения рентгеноконтрастных исследований.

Подготовка к исследованию

- За сутки до исследования следует придерживаться сложившегося повседневного рациона питания. Не рекомендуется излишнее потребление продуктов одного типа: только мясо, только овощи и так далее.
- При подготовке к взятию крови на фоне медикаментозной терапии прием или отмену лекарственных препаратов следует согласовывать с лечащим врачом.

За 24 часа до взятия крови исключить:

- физические и эмоциональные перегрузки;
- авиаперелеты;
- температурные воздействия (посещение бань и саун, переохлаждение и т.д.);
- нарушение режима «сон-бодрствование»;
- употребление алкоголя;
- прием БАД;
- инструментальные медицинские обследования (УЗИ, рентген и другие) или процедуры (физиотерапия, массаж и другие).
- Не менее, чем за 8-12 часов (но не более 14 часов) до взятия крови отказаться от приема пищи и напитков, за исключением питьевой воды. Последний перед взятием крови прием пищи — легкий.
- За 1 час до взятия крови не курить.
- Перед взятием крови необходимо пребывание в состоянии покоя не менее 20 минут.

Оптимальное время для процедуры взятия крови — с 7:30 до 11:00.