

# Как правильно подготовиться ...

## к анализу крови

### Утром



сдавать кровь нужно с 8 до 11 часов

### Натощак



не менее 8 и не более 14 часов голода

### Вода



пейте в обычном режиме

### Отдых



отдохните 10-20 минут перед взятием проб крови

### Алкоголь



за 1-2 дня до исследования не употребляйте алкоголь

### Курение




не курите как минимум 1 час до исследования

### Лекарства



обязательно проконсультируйтесь с лечащим врачом, если вы принимаете какие-либо лекарственные средства


### Процедуры



нежелательно сдавать кровь для лабораторного исследования вскоре после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования и других медицинских вмешательств

## к анализу мочи

### Гигиена




перед сбором мочи проведите тщательный гигиенический туалет наружных половых органов

### Женщинам



не рекомендуется сдавать анализ мочи во время менструации

### Лекарства



не принимайте диуретики перед сдачей анализа

### Овощи и фрукты



накануне сдачи анализа не рекомендуется употреблять овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи (свекла, морковь и пр.)