

Подготовка к сдаче анализов крови

- Кровь сдаётся в утренние часы натощак.
- За 1-2 дня до исследования исключить из рациона продукты с высоким содержанием жиров.
- Накануне исследования исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки.
- За 1-2 часа до сдачи анализа воздержаться от курения, не употреблять сок, чай, кофе. Рекомендуется выпить негазированную воду, что способствует легкому забору крови. Исключить физическое напряжение (бег, быстрый подъём по лестнице), эмоциональное возбуждение.
- 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.