

Нестерова Д. В.

ваш домашний доктор



РАСШИФРОВКА АНАЛИЗОВ БЕЗ КОНСУЛЬТАЦИИ ВРАЧА



РИПОД
КЛАССИК

Москва, 2011

УДК 611.08

ББК 53.4

Н55

Нестерова, Д. В.

Н55 Ваш домашний доктор. Расшифровка анализов без консультации врача / Д. В. Нестерова. – М. : РИПОЛ классик, 2011. – 576 с. : ил. : табл.

ISBN 978-5-386-03233-3

Часто, получив анализы, мы не можем понять без помощи специалиста, что значат все многочисленные цифры и показатели и есть ли необходимость визита к врачу.

С помощью этой книги вы сможете расшифровать результаты любого лабораторного исследования без помощи врача. Вы ознакомитесь с нормами для различных видов анализов. Кроме того, узнаете о современных методах исследования в медицине.

Ранее книга выходила под названием «О чем говорят анализы. Расшифровка без консультации врача».

УДК 611.08

ББК 53.4

*Издательство не несет ответственности
за возможные последствия, возникшие
в результате использования информации
и рекомендаций этого издания.*

*Любая информация, представленная
в книге, не заменяет консультации специалиста.*

© ООО Группа Компаний

«РИПОЛ классик», 2011

ISBN 978-5-386-03233-3

Введение

В настоящее время существует множество способов диагностики болезней, каждый из которых имеет свои достоинства и недостатки. К сожалению, далеко не все исследования помогают с точностью выявить ту или иную патологию. Например, с помощью рентгена и УЗИ определяются только серьезные анатомические отклонения в развитии органов и систем организма, а функциональные нарушения при таком обследовании, как правило, обнаружить не удастся. Поэтому врачи, помимо упомянутых выше методов исследования, назначают пациентам определенные анализы. Именно лабораторные исследования позволяют выявить нарушения в работе органов и систем организма, обнаружить возбудителей инфекции, поставить правильный диагноз и назначить лечение.

Некоторые заболевания (рак, инфекции мочевыводящих путей, эндокринные патологии и др.) могут длительное время протекать практи-

Введение

чески бессимптомно, поэтому каждому человеку рекомендуется периодически сдавать анализы крови и мочи, чтобы убедиться в отсутствии отклонений или, при наличии таковых, вовремя начать лечение. Помимо расшифровки самых распространенных анализов, в этой книге приведены схемы медицинских обследований, включающие списки необходимых лабораторных исследований.

Подготовка к сдаче анализов

Лабораторные исследования позволяют своевременно и точно диагностировать различные заболевания. Ведь их проявления прежде всего отражаются на обменных процессах в организме. Более 50% информации о состоянии здоровья пациента дают врачам результаты анализов. Именно данные лабораторных исследований позволяют медикам выбрать тактику лечения.

Точность результатов анализов зависит не только от квалификации лаборантов и качества реактивов и аппаратуры, но и от подготовки пациента к исследованию, то есть от времени и правильности сбора материала.

Процедура сдачи крови

Кровь на С-пептид и инсулин следует сдавать строго натощак до 10 часов утра.

Почти все анализы крови необходимо сдавать натощак — между последним приемом пищи и взятием крови должно пройти не менее 8 часов (желательно 12 часов). Перед забором крови можно пить только воду. Однако это не касается общего анализа крови: его можно сдавать через 1 час после завтрака, который может состоять из несладкого чая, каши без сахара, масла и молока, а также яблока.

Также в течение всего дня независимо от приема пищи можно сдавать анализы на генетические полиморфизмы.

Анализ на гормоны и антитела к инфекциям можно сдавать через 6 часов после последнего приема пищи.

Анализ для определения липидного профиля следует сдавать через 12 часов после приема пищи.

Для целого ряда исследований кровь сдают строго в определенное время суток. Например, кровь на железо и некоторые гормоны сдают только до 10 утра.

За несколько дней до обследования рекомендуется исключить из рациона алкоголь, а также жареную, копченую, соленую, острую и жирную пищу.

За 1 час до забора крови следует воздержаться от курения, а накануне исследования исключить физические нагрузки.

Если назначен анализ, определяющий уровень мочевой кислоты в крови, за несколько дней до исследования необходимо отказаться от мяса, печени, почек, рыбы, кофе и чая, а также исключить интенсивные физические нагрузки. Диету следует соблюдать и за 2 дня до сдачи крови на вирусный гепатит. В этом случае из рациона нужно исключить цитрусовые и морковь.

Подготовка к сдаче анализов

Если назначено лечение лекарственными препаратами, кровь следует сдавать до начала их приема или не ранее чем через 10–14 дней после их отмены.

Нельзя сдавать кровь после физиотерапевтических процедур, УЗИ, массажа, рефлексотерапии, ректального исследования и рентгенографии.

Женщинам сдавать кровь для исследования на гормоны рекомендуется проводить строго по дням цикла: ЛГ и ФСГ — 3–5-й день, эстрадиол — 5–7-й или 21–23-й, пролактин, ДГАСульфат и тестостерон — 7–9-й, прогестерон — 21–23-й день.

Правила сбора мочи

Правила гигиены

Женщинам перед сбором мочи следует обмыть влагалище и половые губы стерильным ватным тампоном, смоченным теплой мыльной

водой, движением спереди назад. После этого рекомендуется обмыть половые органы теплой кипяченой водой и промокнуть стерильной салфеткой.

Во время менструации анализ мочи сдавать не рекомендуется.

Мужчинам перед сбором мочи нужно промыть наружное отверстие мочеиспускательного канала теплой мыльной водой, затем обмыть теплой кипяченой водой и промокнуть стерильной салфеткой.

Сбор мочи для общего анализа

Для общего анализа следует собрать первую утреннюю порцию мочи сразу после пробуждения натощак.

Женщинам при мочеиспускании необходимо раздвинуть половые губы, мужчинам полностью оттянуть кожную складку и освободить наружное отверстие мочеиспускательного канала.

Хранить мочу в холодильнике можно не более 1,5 часа.

Мочу рекомендуется собрать в стеклянную стерильную емкость, а затем отлить от общего объема 40–50 мл в специальный стерильный контейнер, плотно закрыть его крышкой и сразу доставить в лабораторию.

Сбор суточной мочи

Для определения содержания общего белка, альбумина, глюкозы, креатинина, билирубина, кальция, фосфора, натрия и калия мочу необходимо собирать в течение 24 часов при обычном питьевом режиме (около 1,5 л жидкости в сутки).

Пациенту следует в 6–8 часов утра освободить мочевой пузырь (эта порция не сдается на анализ), а затем в течение суток собирать всю мочу в стерильный сосуд темного стекла емкостью не менее 2 л. При этом последнюю порцию мочи нужно собрать в то же время, что и пер-