



Dr.Zubareva

Общие рекомендации

Прием пищи

Прием пищи накануне взятия биоматериала на анализ может сильно исказить его результат:

- кровь забирается натощак. Необходимо воздерживаться от пищи в течение минимум 4 часов, максимум 14 часов до сдачи анализ крови;
- желательно сдавать анализы крови до 11 ч утра;
- не употреблять алкоголь в течение 72 часов до сдачи анализов;
- не курить как минимум за 30 минут до взятия крови;
- отменить любые БАДы за 7 дней до сдачи анализов. Отмена лекарственных препаратов возможна только по согласованию с врачом;
- за 30 мин–1 час до взятия крови выпить 1-2 стакана чистой питьевой воды.

Физические и эмоциональные нагрузки

- исключить чрезмерные физические нагрузки за 12 часов до сдачи анализов;
- исключить повышенные эмоциональные нагрузки.