

Как правильно сдавать анализ крови

Анализы необходимо сдавать утром, натощак, после 12 часового голодания, предварительно выпить стакан теплой воды.

За 2 часа до сдачи крови нельзя курить, принимать физиопроцедуры, проводить инструментальные исследования (рентген, УЗИ), массаж.

За сутки до сдачи анализов следует избегать приема алкоголя, физических и эмоциональных нагрузок, резких изменений в режиме питания и образе жизни.

Ужин накануне анализа должен быть легким, без тяжелой, жирной пищи, во избежание искажения результатов анализов.

А также , важно !

Для того, чтобы наполнились вены кровью достаточно опустить руку с наложенным жгутом вниз на 5-10 секунд. «Качать» кулаком не нужно. Сделали прокол, сразу сняли жгут!

Только после этого наполнение пробирок кровью. Набор крови с затянутым жгутом на руке может привести к искажению некоторых показателей в результатах анализа крови, также как и активное многократное сжатие кулака.

Если по каким-либо причинам жгут наложен на руку минуту и более (не смогли попасть в вену и тд) необходимо кровь брать из другой руки.