



1. Prieš atliekant kraujo tyrimus 8-14 val. (priklausomai nuo atliekamų tyrimų rūšies) nevalgykite, negerkite sulčių, arbatos, kavos, ypač su cukrumi. Gerkite tik vandenį.
2. Likus 1-2 dienoms iki tyrimo, mažiau valgykite riebaus ir kepto maisto, nevartokite alkoholio. Jei laboratorinio tyrimo atlikimo išvakarėse numatoma šventė, geriau atidėkite tyrimą 1-2 dienoms.
3. Dvi, mažiausiai valandą, iki tyrimo nerūkykite.
4. Daugelio fermentų ir hormonų kiekis kraujyje įvairiu paros metu gali svyruoti, todėl šiuos tyrimus atlikite iki 10 val. ryto.
5. Prieš atliekant kraujo tyrimą venkite kaitinimosi saulėje, fizinio krūvio (nesportuokite) ir streso. Prieš tyrimą nusiraminkite ir pailsėkite 10-15 min.
6. Jeigu ruošiatės pradėti vartoti vaistus, tuomet tyrimus geriau atlikite prieš pradėdami juos vartoti arba praėjus 10-14 dienų po gydymosi vaistais. Gydymo efektyvumui nustatyti paprastai kraujas tiriamas praėjus 14-21 dienai po vaisto suvartojimo. Jei jūs vartojate vaistus, būtinai išpėkite apie tai savo gydytoją arba laboratorijos darbuotoją.
7. Nepatariama atlikti kraujo tyrimų po rentgenologinių ir ultragarsinių tyrimų, masažo, refleksoterapijos arba fizioterapijos procedūrų, o prieš imant kraują PSA ir LPSA tyrimui, negalima atlikti rektalinio, veloergometrinio tyrimų, biopsijos.
8. Moterų hormoninių tyrimų rezultatams įtakos turi fiziologiniai faktoriai, susiję su menstruaciniu ciklu. Todėl, ruošiantis lytinių hormonų tyrimui, reikia nurodyti ciklo fazę ir vadovautis savo gydytojo rekomendacijomis, kurią ciklo dieną reikia atlikti tyrimus.
9. Prieš atliekant streso hormonų tyrimą (AKTH, kortizolio, prolaktino ir kt.) būtina nusiraminti, procedūros metu nekreipti dėmesio į pašalinius veiksnius, atsipalaiduoti, nes stresas padidina šių hormonų kiekį kraujyje.
10. Tiriantis dėl infekcijų, reikia atsižvelgti į infekcijos raidos stadiją ir imuniteto būklę. Gavus neigiamą tyrimų rezultatą, dar negalima garantuoti, kad infekcijos nėra. Jeigu laboratorinių tyrimų rezultatai priverčia Jus abejoti, tikslinga po 3-5 dienų išsitiirti pakartotinai. Geriausia tyrimus dėl infekcinių ligų atlikti praėjus 21 dienai po įtariamo užsikrėtimo, tuomet antikūnų gamyba būna aktyviausia.

**Specifiniai reikalavimai** ||| Jei gydytojas paskyrė atlikti šiuos kraujo laboratorinius tyrimus, Jūs turite žinoti, kaip teisingai pasiruošti tyrimui:

<b>Tyrimo pavadinimas</b>	<b>Nurodymai/patarimai prieš tyrimą</b>
Kraujavimo laikas	Patartina nenaudoti aspirino 3 - 5 dienas prieš tyrimą.
Kalcitoninas	Pageidautina 12 val. (per naktį) nevalgyti.
C-reaktyvus baltymas	Pageidautina 12 val. (per naktį) nevalgyti.
Katecholaminai, plazma	Pageidautina 12 val. (per naktį) nevalgyti. Tyrimo dieną ir 3 dienas prieš tyrimą vengti didelio fizinio krūvio ir nevartoti: <ul style="list-style-type: none"> <li>• alkoholio</li> <li>• bananų</li> <li>• arbatos</li> <li>• kavos</li> <li>• kofeino</li> <li>• šokolado</li> <li>• tabako</li> </ul> Jei Jums buvo atliekamos radiologinės procedūros, kurių metu buvo naudojamos kontrastinės medžiagos (IVP, angiograma, mielograma ir kt.), privalote laukti mažiausiai 3 dienas iki bandinio tyrimui paėmimo.
Cholesterolis	Būtina 12 val. (per naktį) nevalgyti.
Chromas, šlapimas	Vengti vitaminų ar kitų mineralinių papildų vartojimo mažiausiai 1 savaitę prieš šlapimo surinkimą.
C-peptidas	Rekomenduojama 2-3 val. prieš tyrimą nevalgyti.
Krioglobulinai	Būtina 12 val. (per naktį) nevalgyti prieš tyrimą.
DHEA-SO <sub>4</sub> nekonjugotas	Rekomenduojama 2-3 val. prieš tyrimą nevalgyti.
Slaptas kraujas išmatose	1. 7-ias dienas prieš tyrimą nevartoti aspirino ir kitų nesteroidinių antiuždegiminių vaistų, tokių kaip ibuprofenas (Motrin®, Advil®) ir naproksenas (Aleve®, Naprosyn®).

	2. 48 val. prieš tyrimą ir tyrimo metu vengti: vitamino C daugiau kaip 250 mg per dieną (iš visų šaltinių, tarp jų maisto, vitaminų, papildų), raudonos mėsos (jautienos, ėrienos), tarp jos apdorotos mėsos ir kepenų žalių vaisių ir daržovių (ypač melionų, ropių ir ridikų).
Gliukozė	Būtina 12 val. (per naktį) nevalgyti.
Gliukozės tolerancijos tyrimas	1. Laikytis dietos 3 dienas prieš tyrimą (nevalgyti gausiai saldžių ir riebių maisto produktų), nevartoti alkoholio ir vaistų, tokių kaip kortikosteroidai, tiroksinas, fenitoinas ir oraliniai kontraceptikai. 2. Būtina nevalgyti 8-10 val. (per naktį) prieš tyrimą.
Sunkieji metalai (švinas)	3 dienas prieš mėginio paėmimą nevalgyti jūros produktų, nevartoti rūgštingumą mažinančių vaistų, vitaminų su mineraliniais priedais ir žolinių preparatų.
Kepenų fermentai	Pageidautina 12 val. (per naktį) nevalgyti.
Insulinas	Rekomenduojama 2-3 val. prieš tyrimą nevalgyti.
Lipidograma	Būtina nevalgyti 14 val. (per naktį).
Lipoproteinas (a)	Būtina nevalgyti 12 val. (per naktį).
Apo lipoproteinas A1	Būtina nevalgyti 12 val. (per naktį).
Trigliceridai	Būtina nevalgyti 14 val. (per naktį), leidžiama gerti tik vandenį.
Cinkas	Susilaikyti nuo vitaminų ar kitų mineralinių papildų vartojimo mažiausiai 3 dienas prieš bandinio paėmimą.
Šlapimo rūgštis	Rekomenduojama 8 val. prieš tyrimą nevalgyti.
Šlapalas	1 dieną prieš tyrimą vengti gausiai valgyti mėsos.
Bilirubinas (bendras, tiesioginis)	Rekomenduojama 4 val. prieš tyrimą nevalgyti.
Kalcis	8-12 val. prieš tyrimą vengti papildų su kalciumu.
Magnis	3 dienas prieš tyrimą vengti vaistų (mažinančių rūgštingumą, diuretikų) su magniu.
Prostatos specifinis antigenas (PSA)	48 val. prieš tyrimą susilaikyti nuo seksualinio aktyvumo.
Bendras kraujo tyrimas	Nevalgyti 3 val. prieš tyrimą.