

СТАНДАРТНЫЕ УСЛОВИЯ

подготовки пациента к сбору разовой порции мочи

1. За сутки до исследования придерживаться сложившегося повседневного рациона питания. Не рекомендуется излишнее потребление продуктов одного типа: только мясо, только овощи и т.д.
2. За 24 часа до сбора мочи исключить:
 - Физические и эмоциональные перегрузки; авиаперелеты; температурные воздействия (посещение бань и саун, переохлаждение и т. д.); нарушение режима «сон-бодрствование»;
 - Употребление алкоголя;
 - Прием БАД;
 - Инструментальные медицинские обследования (УЗИ, рентген и др.) или процедуры (физиотерапия, массаж и др.).
3. При подготовке к сбору мочи на фоне медикаментозной терапии прием или отмену лекарственных препаратов следует согласовывать с лечащим врачом.
4. Перед сбором мочи необходимо провести тщательный туалет наружных половых органов.
5. Женщинам не рекомендуется собирать мочу в период менструации.
6. Сразу после сбора, мочу заморозить при температуре -17° ... -23° C. Рекомендуемое время замораживания 24 часа. Размораживание/повторное замораживание не допустимо.
7. За 4 недели до сдачи, исключить рентгеноконтрастные методы исследования.
8. За 24–48 часов до сбора мочи исключаются определенные продукты, которые могут повлиять на результаты анализа (например, богатые КЦЖК или специфическими метаболитами). Продукты, которые нужно исключить:

Богатые летучими жирными кислотами или их предшественниками

- Квашеная капуста, кимчи и другие ферментированные продукты.
- Продукты, содержащие уксусную кислоту (например, уксус, маринованные овощи)

С высоким содержанием клетчатки и устойчивого крахмала

- Бобовые: фасоль, чечевица, горох.
- Зелёные бананы, картофель.
- Злаковые с высоким содержанием пищевых волокон (овсянка, цельнозерновой хлеб).

Продукты с высоким содержанием аминов и фенолов (могут исказить общий спектр метаболитов)

- Шоколад и какао.
- Зрелые сыры.
- Красное мясо и колбасы.

Фрукты и соки, богатые фруктозой и сахароспиртами

- Яблоки, груши, манго.
- Фруктовые соки.

Алкоголь и кофеин

- Любые алкогольные напитки (особенно ферментированные, например, пиво или вино).
- Кофе, чай, энергетики.

Продукты с искусственными добавками

- Сладости, содержащие подсластители (сорбит, ксилит, аспартам).
- Продукты с красителями, консервантами и ароматизаторами.

9. Рекомендации по питанию перед сбором анализа:

- Основу рациона должны составлять легко усвояемые продукты: белый рис, отварное куриное мясо, яйца, нежирные молочные продукты (если нет противопоказаний).
- Избегать острых, жирных и чрезмерно солёных блюд.
- Соблюдать режим гидратации (пить чистую воду, избегая сладких и газированных напитков).

Соблюдение рекомендаций напрямую влияет на результат исследования.