**Общие правила при подготовке к исследованию:**
желательно соблюдать эти правила при проведении биохимических, гормональных, гематологических тестов, комплексных иммунологических тестов, результаты которых зависимы от физиологического состояния человека.

* По возможности, рекомендуется сдавать кровь утром, в период с 8 до 11 часов, натощак (не менее 8 часов и не более 14 часов голода : ИНСУЛИН ГЛЮКОЗА ИНСУЛИНОРЕЗИСТЕНТНОСТЬ, остальное: не менее 2 часов голодания, питье – вода, в обычном режиме), накануне избегать пищевых перегрузок. Некоторые специальные требования по пищевому режиму и времени суток при сдаче проб крови см. ниже.
* Если вы принимаете какие-то лекарственные препараты - следует **проконсультироваться с врачом по поводу целесообразности проведения исследования на фоне приема препаратов или возможности отмены приема препарата перед исследованием, длительность отмены** определяется периодом выведения препарата из крови (в среднем, рекомендуют выждать 4-5 периодов полувыведения препарата, указанного в аннотации).
* Алкоголь – исключить прием алкоголя накануне исследования.
* Курение - не курить минимально в течение 1 часа до исследования.
* Исключить **экстремальные** физические и эмоциональные перегрузки накануне исследования
* После прихода в лабораторию отдохнуть (лучше - посидеть) 10-20 минут перед взятием проб крови.
* Нежелательно сдавать кровь для лабораторного исследования **вскоре после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования и других медицинских процедур**. После некоторых медицинских процедур (например, ректальное обследование или биопсия предстательной железы перед исследованием ПСА) следует отложить лабораторное обследование на несколько дней.