

## ИНСТРУКЦИЯ «СТЕРОИДНЫЕ ГОРМОНЫ И ИХ МЕТАБОЛИТЫ В МОЧЕ»

ПОДГОТОВКА ПАЦИЕНТА				
Гендерно-возрастные ограничения	От 14 лет. Для показателей метаболитов эстрогенов для женщин референтные диапазоны валидированы для лютеиновой фазы цикла.			
<b>В день сбора биоматериала</b>				
Состояние здоровья	Исследование не следует проводить во время острых заболеваний или обострения хронических заболеваний. Исключения возможны по согласованию с лечащим врачом.			
Фаза цикла	При сохранном менструальном цикле исследование проводят сразу после менструации на 3-5-й или 6-7-й день цикла, если лечащим врачом не указаны иные условия. Для оценки уровня метаболитов эстрогенов женщинам при сохранном менструальном цикле исследование выполняют в лютеиновую фазу, на 22-23-й день менструального цикла, если другие сроки не указаны лечащим врачом, или же проводят серийное взятие проб в течение менструального цикла.			
Сбор мочи	Утренняя средняя порция мочи			
Перед процедурой	Перед сбором мочи провести тщательную гигиеническую обработку наружных половых органов. Женщинам не рекомендуется собирать мочу во время менструации.			
Курение	Исключить за 1 час.			
<b>До сбора биоматериала</b>				
Питание	Исключить за 12 часов до сбора мочи прием пищи. Исключить за 48 часов до сбора мочи из рациона продукты, которые могут изменить цвет мочи. За 24 часа до исследования придерживаться обычного рациона (не рекомендуется излишнее потребление продуктов одного типа: только мясо, только овощи и т. д.).			
Питье	За 24 часа до исследования придерживаться стандартного уровня потребления жидкости.			
Лекарственные препараты	Исключить по согласованию с лечащим врачом. Исключить за 24 часа до сбора мочи прием диуретиков.			
БАДы	Исключить по согласованию с лечащим врачом.			
Алкоголь	Исключить за 24 часа.			
Режим дня, сон	Исключить нарушение режима «сон-бодрствование», 6-8 часов.			
Эмоциональная и умственная нагрузка	Избегать за 24 часа эмоциональных перегрузок, стресса, повышенной умственной активности.			
Физическая активность	Исключить за 24 часа.			
Факторы внешней среды	Исключить за 24 часа авиаперелеты, температурные воздействия (посещение бани, сауны, переохлаждение и т. п.). Исключить за 24 часа до сбора мочи медицинские манипуляции (УЗИ, рентген, физиотерапию, массаж и пр.).			
САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ СБОР БИОМАТЕРИАЛА ПАЦИЕНТОМ				
Набор для сбора	Контейнер для сбора мочи	Контейнер для хранения мочи	Контейнер для транспортировки	
	чистый сухой контейнер	чистый сухой контейнер объемом 3-5 л	контейнер с завинчивающейся крышкой	
Время сбора	В течение 24 часов. Например, если сбор мочи начат в 8 часов утра текущего дня, то в 8 часов утра следующего дня необходимо завершить сбор биоматериала.			
<b>Сбор суточной мочи</b>				
<ol style="list-style-type: none"> <li>Утром опорожнить мочевого пузыря. Зафиксировать время первого мочеиспускания. Сбор мочи осуществлять с последующего мочеиспускания.</li> <li>Мочу собирать, используя контейнер для сбора, и переливать в контейнер для хранения мочи. Контейнер для сбора мочи после каждого применения ополаскивать проточной водой и высушивать.</li> <li>Плотно закрывать контейнер для хранения мочи и перемешивать содержимое, покачивая емкость, при добавлении каждой новой порции мочи. Контейнер для хранения мочи держать в холодильнике (+2...+8°C). Не замораживать!</li> <li>После завершения сбора мочи точно измерить объем полученного биоматериала – диуреза. Указать информацию на транспортном контейнере, например, «Диурез – 3,5 л».</li> <li>Отбор порции мочи для транспортировки. Тщательно перемешать всю собранную мочу. Для этого плотно закрыть контейнер для хранения, встряхнуть и перевернуть его 2-3 раза «на крышку». Отлить часть содержимого в контейнер для транспортировки. Плотно закрыть крышку контейнера для транспортировки.</li> </ol>				
Хранение и транспортировка	Во время сбора контейнер для хранения мочи держать в холодильнике при температуре +2...+8°C. Сразу после сбора контейнер с мочой необходимо поместить в морозильную камеру при температуре -17...-23°C. <ul style="list-style-type: none"> <li>Время замораживания не менее 4 часов. Рекомендуемое 24 часа.</li> <li>Размораживание и повторное замораживание недопустимо.</li> <li>Собранный образец предназначен для одного вида исследования.</li> <li>Все используемые в процессе сбора мочи предметы можно утилизировать с бытовым мусором.</li> <li>При температуре -17...-23°C общее время хранения и транспортировки не более 48 часов с момента сбора.</li> <li>Транспортировка замороженного образца допускается только с аккумуляторами холода (хладагентами).</li> </ul>			
САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ СБОР БИОМАТЕРИАЛА ПАЦИЕНТОМ				
<b>Сбор разовой мочи</b>				
<ol style="list-style-type: none"> <li>Провести гигиеническую обработку наружных половых органов.</li> <li>Собрать среднюю порцию утренней мочи или разовую порцию мочи в течение дня (по согласованию с лечащим врачом) в транспортный контейнер.</li> </ol>				
Хранение и транспортировка	Сразу после сбора контейнер с мочой необходимо поместить в морозильную камеру при температуре -17...-23°C. <ul style="list-style-type: none"> <li>Время замораживания не менее 4 часов. Рекомендуемое 24 часа.</li> <li>Размораживание и повторное замораживание недопустимо.</li> </ul>			

- Собранный образец предназначен для одного вида исследования.
- Все используемые в процессе сбора мочи предметы можно утилизировать с бытовым мусором.
- При температуре  $-17^{\circ}\text{C}$ ... $-23^{\circ}\text{C}$  общее время хранения и транспортировки не более 48 часов с момента сбора.
- Транспортировка замороженного образца допускается только с аккумуляторами холода (хладагентами).мусором.