

# ПРАВИЛА ПОДГОТОВКИ К ИССЛЕДОВАНИЯМ И ПРОЦЕДУРАМ В АРТРОКЛИНИКЕ

Уважаемые пациенты! Соблюдение правил подготовки к исследованиям и процедурам позволяет получить максимально достоверные результаты и обеспечить безопасность. Пожалуйста, внимательно ознакомьтесь с рекомендациями по вашему виду исследования.

## 1. Магнитно-резонансная томография (МРТ) конечностей

В Артроклинике используется специализированный аппарат МРТ открытого типа на базе постоянного магнита для исследования конечностей (коленный, голеностопный, локтевой, лучезапястный суставы, стопа, кисть). В аппарат помещается только исследуемая конечность, а не всё тело пациента. МРТ не использует ионизирующее излучение и является безопасным методом диагностики.

### Перед исследованием:

- Специальной подготовки (голодание, приём препаратов) не требуется.
- Снимите все металлические предметы с исследуемой конечности: украшения, часы, браслеты, кольца, пирсинг.
- Оставьте в раздевалке мобильный телефон, банковские карты, ключи, монеты — магнитное поле может повредить их.
- Наденьте удобную одежду, позволяющую обеспечить доступ к исследуемой конечности. Одежда не должна иметь металлических элементов (молний, кнопок) в зоне исследования.
- **Если в исследуемой конечности установлены металлоконструкции** (пластины, штифты, винты, эндопротез) — обязательно сообщите об этом при записи и возьмите с собой паспорт импланта, если он имеется. Врач оценит совместимость с МРТ. Большинство современных ортопедических имплантов совместимы с низкопольным МРТ.
- Возьмите с собой результаты предыдущих исследований (снимки, описания, диски), если они есть.

### Ограничения:

- **Металлоконструкции в исследуемой конечности:** некоторые старые или ферромагнитные импланты могут исказить изображение или быть несовместимы с МРТ. Решение о проведении исследования принимает врач на основании информации о типе импланта.
- **Электронные имплантируемые устройства** (кардиостимулятор, инсулиновая помпа, нейростимулятор и др.): несмотря на то, что при МРТ конечностей в аппарат помещается только рука или нога, наличие таких устройств требует предварительной консультации с лечащим врачом. Сообщите об этом при записи.

*Клаустрофобия при МРТ конечностей, как правило, не возникает, так как пациент сидит рядом с аппаратом, а внутрь помещается только конечность.*

*Ограничения по массе тела для данного типа аппарата отсутствуют.*

### Во время исследования:

- Длительность — от 15 до 40 минут в зависимости от области.
- Необходимо сохранять неподвижность исследуемой конечности. Движения снижают качество изображения.
- Аппарат издаёт ритмичные звуки — это нормально.

### После исследования:

- Ограничений нет. Вы можете вернуться к обычной деятельности сразу.
- Результаты (описание и снимки) будут готовы в течение 1–2 рабочих дней. Срочное описание — до 12 часов (оплачивается дополнительно).

## 2. Рентгенография

Рентгенография — метод диагностики с использованием рентгеновского излучения в минимальных дозах. Исследование занимает несколько минут.

### Перед исследованием (общие правила):

- Специальной подготовки для рентгенографии суставов, костей, стоп и органов грудной клетки не требуется.
- Снимите металлические предметы и украшения с области исследования.
- Сообщите врачу или рентгенолаборанту, если вы беременны или предполагаете беременность.
- Возьмите с собой результаты предыдущих исследований для сравнения.

### Подготовка к рентгенографии поясничного и пояснично-крестцового отдела позвоночника:

Газ в кишечнике может затруднить визуализацию позвонков. Для получения качественных снимков необходима подготовка.

- За 2–3 дня до исследования исключить газообразующие продукты: молоко, кефир, бобовые, капусту, чёрный хлеб, свежие овощи и фрукты, газированные напитки, квас
- Накануне — лёгкий ужин не позднее 19:00
- Накануне вечером принять энтеросорбент (Эспумизан, активированный уголь) или слабительный раствор на основе макрогола (Фортранс, Мовипреп, Лавакол) по инструкции к препарату
- Утром в день исследования — очищение кишечника (естественным путём, либо с помощью очистительной клизмы, либо при приёме макрогола клизма не требуется)
- В день исследования допускается лёгкий завтрак (чай, каша на воде, белый хлеб). Исследование лучше проводить в первой половине дня

*Данная подготовка актуальна, если лечащий врач не назначил иную.*

### Подготовка к рентгенографии органов брюшной полости и урографии:

- **Натощак:** последний приём пищи — за 6–8 часов до исследования.
- Накануне — лёгкий ужин, исключить газообразующие продукты.
- Утром — очистительная клизма (по назначению врача).

### Противопоказания:

⚠ **Беременность (особенно I триместр)** — рентгенография проводится только по жизненным показаниям.

*Для детей: рентгенография проводится строго по назначению врача с использованием средств индивидуальной защиты.*

### После исследования:

- Ограничений нет.
- Результаты готовы в течение 1–2 рабочих дней. Срочное описание — до 12 часов.

## 3. УЗИ сосудов (дуплексное сканирование)

Дуплексное сканирование — безопасный ультразвуковой метод оценки кровотока в артериях и венах. Не имеет противопоказаний.

### Перед исследованием:

- Специальной подготовки не требуется.
- Наденьте свободную одежду, обеспечивающую доступ к области исследования.
- Не наносите кремы, мази или лосьоны на кожу в области исследования в день процедуры.
- **Дуплексное сканирование брахиоцефальных артерий (сосуды шеи):** за 2 часа до исследования воздержитесь от крепкого чая, кофе и курения.

### После исследования:

- Ограничений нет. Результаты выдаются в день исследования.

## 4. Плазмотерапия и PRP-терапия

Процедура включает забор венозной крови пациента, её обработку для получения обогащённой тромбоцитами плазмы и введение плазмы в сустав или околосуставные ткани.

### Перед процедурой:

- **За 3–5 дней:** прекратите приём нестероидных противовоспалительных средств (ибупрофен, диклофенак, нимесулид, мелоксикам и др.) — они снижают эффективность процедуры. Согласуйте отмену с лечащим врачом.
- **За 24 часа:** исключите алкоголь.
- **В день процедуры:** допускается лёгкий завтрак. Пейте достаточно воды (1–2 стакана за час до процедуры).
- Перед курсом врач может назначить анализ крови.
- Сообщите врачу об аллергиях, приёме антикоагулянтов, хронических заболеваниях.

### Противопоказания:

- ⚠ **Острые инфекционные заболевания, лихорадка.**
- ⚠ **Заболевания крови (тромбоцитопения, тяжёлая анемия).**
- ⚠ **Онкологические заболевания в активной стадии.**
- ⚠ **Беременность и период лактации.**

### После процедуры:

- **В течение 48 часов:** ограничьте нагрузку на обработанный сустав.
- **В течение 3–5 дней:** не принимайте НПВС. При необходимости обезболивания — парацетамол (по согласованию с врачом).
- Возможны умеренная боль, отёк в месте инъекции — проходит за 1–3 дня.
- При сильной боли, повышении температуры — обратитесь в клинику.

## 5. Внутрисуставные инъекции и блокады

### Перед процедурой:

- Сообщите врачу обо всех аллергических реакциях (особенно на лидокаин, новокаин, латекс).
- Сообщите о приёме антикоагулянтов и антиагрегантов.
- Специальной диеты и голодания не требуется.
- Наденьте свободную одежду, обеспечивающую доступ к области инъекции.

### После процедуры:

- **2–4 часа:** избегайте нагрузки на сустав. Возможно временное онемение.
- **24–48 часов:** ограничьте физическую активность. Не посещайте баню, сауну, бассейн.

- Место инъекции не мочить 6–8 часов.
- При введении гиалуроновой кислоты — щадящий режим 3–5 дней.

## 6. Склеротерапия вен нижних конечностей

### Перед процедурой:

- Приобретите компрессионный трикотаж (класс компрессии подберёт врач).
- **За 3–5 дней:** прекратите приём гормональных контрацептивов (по согласованию с гинекологом).
- Не загорайте и не посещайте солярий за 2 недели до процедуры.
- В день процедуры: гигиенический душ, без кремов и лосьонов на ноги.

### После процедуры:

- **Сразу:** надеть компрессионный трикотаж (носить непрерывно 3–5 суток).
- Пешая прогулка 30–40 минут сразу после процедуры.
- **2 недели:** без горячих ванн, бани, сауны, интенсивных нагрузок.
- Ежедневные пешие прогулки 30–60 минут обязательны.

## 7. Забор крови и лабораторные анализы

### Общие правила:

- **Натошак:** последний приём пищи за 8–12 часов. Допускается чистая негазированная вода.
- **Время:** рекомендуется утром с 8:00 до 10:00.
- **За 24 часа:** исключите алкоголь, жирную пищу, интенсивные нагрузки.
- **За 1–2 часа:** не курите.
- Сообщите медсестре о приёме лекарственных препаратов.

### Особенности:

- **Предоперационный комплекс:** строго натошак. Утреннюю мочу собрать в стерильный контейнер.
- **Д-димер:** натошак, в покое. Без физической нагрузки за 30 минут.
- **Гормоны щитовидной железы:** натошак, утром. За 48 часов не принимать препараты йода и гормоны ЩЖ (по согласованию с эндокринологом).

## 8. Внутривенное лазерное облучение крови (ВЛОК)

### Перед процедурой:

- Перед курсом — клинический анализ крови.
- Специальной диеты не требуется.
- Сообщите врачу о приёме фотосенсибилизирующих препаратов.

### Противопоказания:

- △ **Фотодерматозы, порфирия.**
- △ **Гипогликемия, гипотония.**
- △ **Нарушения свёртываемости крови.**

### После процедуры:

- Отдохните 10–15 минут в клинике.
- Избегайте прямых солнечных лучей в день процедуры.

## 9. Электрокардиограмма (ЭКГ)

### Перед исследованием:

- За 1–2 часа не употребляйте кофе, крепкий чай, энергетики.
- За 1 час не курите.
- Придите за 10–15 минут для восстановления спокойного ритма.
- Свободная одежда с доступом к груди, запястьям и голеням.

### Во время исследования:

- Длительность — 5–10 минут. Лежите неподвижно, дышите спокойно.

---

*Если у вас есть вопросы по подготовке, позвоните: +7 (3952) 23-17-03.*