ГЗТ.РФ

ООО «ГОРМОНЛАЙФ» · ГЗТ.КЛИНИКА
105064, Россия, г. Москва, вн.тер.г. муниципальный округ Басманный,
ул. Садовая-Черногрязская, д. 11/2, помещение 2/1
+7 (800) 775-83-03 · gzt.clinic

ПАМЯТКА ПАЦИЕНТУ

Подготовка к сдаче анализов крови на гормоны (гормональный профиль)

1. Общие правила

- Кровь сдаётся строго натощак: перерыв в приёме пищи — 8–14 часов (воду без газа пить можно).
- Оптимальное время забора крови — с 8:00 до 11:00, так как большинство гормонов имеют суточный ритм колебаний.
- За 1–2 суток исключите приём алкоголя, жирную и жареную пищу, значительные физические нагрузки.
- Не курите как минимум за 1 час до исследования.
- Накануне избегайте эмоционального и физического стресса, бани, сауны, интенсивных тренировок.
- Непосредственно перед забором крови посидите спокойно 10–15 минут.
- Если врач не назначил иное, лабораторные исследования по возможности проводятся до начала приёма новых лекарственных препаратов или до инструментальных и физиотерапевтических процедур.

2. Кортизол и пролактин

- Сдаются утром, через 2–3 часа после пробуждения, в спокойном состоянии.
- Накануне исключите половой контакт и тепловые процедуры (баня, сауна, горячая ванна).
- Избегайте стресса, волнения и физической нагрузки непосредственно перед забором крови — это может исказить результат пролактина.

3. ТТГ и гормоны щитовидной железы (Т4, Т3)

- Если вы принимаете препараты левотироксина, в день анализа примите препарат после забора крови, не до него.
- Приём биотина (в том числе в составе витаминных комплексов) может искажать результаты гормональных исследований — по согласованию с врачом отмените его за 2–3 дня до анализа.

4. Половые гормоны у женщин

- ФСГ, ЛГ, эстрадиол, пролактин — на 3–5 день менструального цикла, если врач не назначил иначе.
- Прогестерон — на 21–23 день цикла (при стандартном 28-дневном цикле) или в день, указанный врачом.
- При нерегулярном цикле день сдачи анализа уточняйте у лечащего врача.

5. Тестостерон у мужчин

- Сдаётся утром, с 7:00 до 11:00, натощак.
- На фоне заместительной терапии тестостероном анализ сдаётся по схеме, назначенной врачом, как правило непосредственно перед очередной инъекцией препарата.

6. Инсулин, глюкоза, витамин D

- Инсулин и глюкоза сдаются строго натощак (не менее 8 часов голода), после спокойного сна.
- Витамин D специальной подготовки не требует, сдаётся натощак или через 2–3 часа после лёгкого приёма пищи.

Обязательно сообщите медицинской сестре перед забором крови: о приёме гормональных препаратов, оральных контрацептивов, левотироксина, глюкокортикоидов и других лекарственных средств, а также о фазе менструального цикла и сроке беременности (при наличии).

Записаться или уточнить условия подготовки: +7 (800) 775-83-03, +7 (905) 506-44-42.

Памятка носит информационный характер и не заменяет консультацию врача. Есть противопоказания, необходима консультация специалиста.