

Чек-лист для приёма уролога

ЧЕК-ЛИСТ

За неделю до приёма

Для мужчин особенно важно, если будет ПСА

- ☐ Собрать прошлые анализы мочи, крови, УЗИ почек и простаты
- ☐ Мужчинам: прекратить езду на велосипеде за 7 дней до ПСА
- ☐ Составить список всех лекарств (особенно мочегонных и БАДов «для почек»)
- ☐ Купить стерильный контейнер для мочи в аптеке
- ☐ Начать дневник мочеиспускания, если есть жалобы на частоту



ЧЕК-ЛИСТ

За 1–2 дня до приёма

Финальные штрихи

- ☐ За 2–3 дня до УЗИ – без газообразующих продуктов
- ☐ Мужчинам: без полового акта 48 часов перед ПСА
- ☐ Подтвердить запись в клинике
- ☐ Записать 3–5 главных вопросов
- ☐ При ТРУЗИ простаты – подготовить микроклизму



ЧЕК-ЛИСТ

В день визита

Сбор анализа и подготовка к УЗИ

- ☐ Утренний туалет: обычное мыло без отдушек
- ☐ Собрать среднюю порцию мочи в стерильный контейнер после гигиены
- ☐ Закрыть контейнер, доставить в лабораторию в течение 1–2 часов
- ☐ За 1 час до УЗИ мочевого пузыря – выпить 0,5–1 литр воды
- ☐ Не мочиться до УЗИ
- ☐ Надеть удобную одежду, носочки для осмотра



ЧЕК-ЛИСТ

После приёма

Чтобы назначения сработали

- ☐ Перечитать записи врача
- ☐ Проверить правильность названий и доз препаратов
- ☐ Начать антибиотик строго по схеме — не бросать раньше, даже если стало лучше
- ☐ Записать даты повторных анализов и контроля
- ☐ Сфотографировать рецепты
- ☐ Запомнить дату следующего визита

Документы — стандартный набор



ЧЕК-ЛИСТ

Что взять с собой

- ☐ Паспорт
- ☐ Полис ОМС (для госучреждений)
- ☐ СНИЛС
- ☐ Медицинская карта или выписки
- ☐ Стерильный контейнер с мочой (утренней, средней порции)
- ☐ Прошлые анализы мочи и крови
- ☐ Результаты УЗИ почек и мочевого пузыря
- ☐ ПСА и УЗИ простаты (для мужчин)
- ☐ Посевы мочи, если были
- ☐ Список всех лекарств
- ☐ Дневник мочеиспускания, если вели
- ☐ Ручка и блокнот или заметки в телефоне



Как пользоваться чек-листом

Распечатайте страницу или сохраните в телефон перед визитом. В день приёма пройдитесь по пунктам и отметьте, что готово. Если чего-то не хватает — это не повод отменять визит, но лучше сказать об этом в начале приёма, чтобы сэкономить время врача.

Что ещё полезно на приёме урологу

- Подготовка: что сделать до визита — развёрнутая инструкция.
- Какие анализы могут назначить — чтобы не удивляться направлениям.
- 10–15 вопросов, которые стоит задать — для тех, кто боится забыть главное.

Дисклеймер

Чек-лист справочный: точные требования могут отличаться в разных клиниках. Финальный список — за вашим врачом.

