**Подготовка к исследованию мочи по Зимницкому**

* Для получения достоверных результатов необходимо воздержаться от физических нагрузок, приема алкоголя, лечь спать накануне в обычное для Вас время.
* Для сбора биоматериала необходимо предварительно приобрести в медицинском центре НОРИС специальные наборы (контейнеры, пробирки с пестрой крышкой, переходники  в количестве 8 штук, а также инструкцию).
* Перед сбором биоматериала необходимо предварительно написать на каждом контейнере Ф.И.О., дату рождения и период времени сбора мочи: 09, 12, 15,18,21, 24, 03, 06 часов. Надписи делать разборчивым почерком.
* Сбор мочи необходимо начинать утром в 06:00 ч., предварительно полностью опорожнив мочевой пузырь в унитаз.
* Далее моча собирается в течение полных суток каждые 3 часа, последний раз в 06:00 ч. утра следующего дня. Для каждого периода времени используется отдельная емкость.
* Каждую емкость необходимо ставить в прохладное темное место.
* Объем каждой собранной порции измеряется, моча перемешивается и отбирается в вакуумную пробирку для мочи со стабилизатором (пестрая крышка).
* Полученные 8 пробирок маркируют (ФИО, номер порции, время сбора, объем выделенной мочи)\*.
* На следующий день после последнего сбора мочи все пробирки (8 проб) необходимо доставить в медицинский центр НОРИС.

\*Следуйте подробной инструкции, которая прилагается к комплекту для сбора мочи.