**Перечень врачей, лабораторных и инструментально-диагностических исследований при проведении УМО.**

* **Врачи:**

1. оториноларинголог
2. офтальмолог
3. невролог
4. ортопед
5. спортивной медицины

* **Лабораторные исследования:**

1. Общий анализ крови
2. Общий анализ мочи

* **Инструментально-диагностические исследования:**

1. ЭхоКГ (УЗИ сердца) – не проводится в диспансере, пройти обследование можно в районной поликлинике или медицинском центре.
2. ЭКГ в покое и после физической нагрузки– на процедуру взять пелёнку.

Можно предоставить результаты осмотров узких специалистов, дополнительных обследований (общий анализ крови, общий анализ мочи (срок действия 30 дней), ЭКГ в покое и после физической нагрузки (скорость записи 50 мм/сек)) из других лечебно-профилактических учреждений (ЛПУ).

**Как подготовиться к посещению диспансера для УМО и МО, некоторым видам обследования.**

Не рекомендуется посещение диспансера с явлениями ОРВИ даже при отсутствии повышенной температуры тела. После перенесенного заболевания явка в диспансер для обследования не ранее чем через 10-14 дней.

**Правила сбора мочи для общего анализа.**

Перед сбором мочи провести тщательный туалет наружных половых органов. Женщинам, девушкам не следует собирать материал во время менструации.

* Накануне исследования не употреблять овощи и фрукты, которые могут изменить цвет мочи (свекла, морковь, черника и др.).
* По возможности не принимать ряд медикаментов (диуретики, витамины группы В, фурагин, аспирин и др.).

**Внимание.** Сбор мочи проводится только в специальный контейнер! Не допускается сбор мочи в ёмкости, не предназначенные для лабораторных исследований. В контейнер собирается средняя порция мочи.

**Подготовка к ЭКГ-исследованию.**

Для исключения влияния неблагоприятных факторов на показатели работы сердца фиксируемые при ЭКГ-исследовании, спортсмен должен:

* исключить большие физические нагрузки за 2-3 дня до исследования. Накануне исследования исключаются любые физические нагрузки;
* строго соблюдать режим дня. Особенно важен полноценный сон.

**Перед посещением диспансера в 1-ю смену возможен лёгкий завтрак.**