# Правила подготовки к диагностическим исследованиям

Перед посещением офтальмолога рекомендуется снять контактные линзы, не использовать косметику для глаз, а также взять с собой очки и предыдущие результаты обследований. Избегайте вождения автомобиля в день приема, так как вам могут расширить зрачок, и приходите с сопровождающим, если у вас плохое зрение.

Что надеть и взять с собой:

- **Очки:**

  Если вы носите очки, обязательно возьмите их с собой.

- **Медицинские документы:**

  Принесите результаты предыдущих исследований и список принимаемых лекарств.

- **Вопросы:**
  Запишите свои вопросы и проблемы, чтобы ничего не забыть на приеме.

  В день приема:

- **Снимите линзы:**

  Если вы носите контактные линзы, снимите их перед визитом к врачу.

- **Не пользуйтесь косметикой:**

  Избегайте использования теней, туши и другой декоративной косметики для глаз.

- **Не водите машину:**

  Не управляйте автомобилем, так как вам могут закапать специальные капли, расширяющие зрачок, что временно ухудшает зрение.

- **Приходите с сопровождающим:**
  Если у вас очень слабое зрение, попросите кого-нибудь вас проводить.

  Дополнительные рекомендации:

- **Не принимайте лекарства без назначения:**

  Согласуйте с врачом прием всех лекарственных препаратов перед обследованием.

- **Соблюдайте диету и образ жизни:**

  В день исследования постарайтесь избегать употребления алкоголя и жирной пищи.

- **Избегайте физических нагрузок:**
  Перед сдачей некоторых анализов (например, для крови) рекомендуется снизить физические нагрузки.