|  |
| --- |
|  |



**ПАМЯТКА ДЛЯ СДАЧИ СПЕРМОГРАММА**

**ПОДГОТОВКА ПАЦИЕНТА**

Образец спермы должен быть собран минимум после 2-х, максимум - 7-ми дневного воздержания.

Если планируются неоднократные исследования, то количество дней полового воздержания должно быть как можно более постоянным при каждом визите.

В дни воздержания следует вести обычный образ жизни, но не злоупотреблять алкоголем, никотином, не париться в бане, не переохлаждаться, минимизировать стрессы/конфликты, тяжелые физические и умственные нагрузки.

**СБОР БИОМАТЕРИАЛА**

* Сперму (эякулят) следует собирать в специальной комнате недалеко от лаборатории или непосредственно в ней ( если она есть в наличии), чтобы ограничить воздействие на эякулят колебаний температур и сократить время между сбором образца и его анализом.
* Допускается сбор спермы в домашних условиях.
* Образец спермы получают путем мастурбации с последующей эякуляцией в чистый широкогорлый контейнер из пластика или стекла.
* При невозможности произвести мастурбацию, допускается сбор эякулята в специальные презервативы для сбора спермы с обязательной маркировкой на их упаковке «не токсично для сперматозоидов».

**!ОБЫЧНЫЕ презервативы НЕ МОГУТ быть использованы для сбора спермы, т.к. содержат спермицидную смазку!**

**ВАЖНО!** Образец спермы не должен быть потерян в процессе сбора, т.к. первая порция эякулята содержит максимальную концентрацию сперматозоидов.

**НЕЛЬЗЯ** прибегать к прерванному половому акту для сбора эякулята по следующим причинам:

* Потеря первой порции эякулята;
* Клеточная и бактериальная контаминация образца спермы вагинальным содержимым:
* Низкая кислотность вагинального содержимого снижает и нарушает подвижность сперматозоидов;
* Контейнер должен быть промаркирован с указанием ФИО мужчины и времени сбора

**ДОСТАВКА**

Образец собранной спермы (эякулята) должен быть доставлен в лабораторию с направительным бланком со следующей информацией:

* ФИО, время воздержания, дата и время сбора образца, утерян/не утерян образец во время сбора, были ли трудности во время эякуляции.
* До доставки в лабораторию собранный образец следует хранить при температуре 20°С - 37°С. исключая резкие перепады температуры во избежании повреждения сперматозоидов.
* Образец следует доставить в лабораторию в течение 1 часа!

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!** Если первая капля эякулята была потеряна, сбор образца следует повторить после указанного выше периода воздержания