

Чек-лист на приём к гепатологу

До визита

- Собрал печёночные анализы (АЛТ, АСТ, билирубин, ГГТ, ЩФ) за 1–2 года, отсортировал по датам.
- Подготовил маркёры вирусных гепатитов и ПЦР, если сдавал.
- Взял результаты УЗИ и фиброэластометрии.
- Записал весь список лекарств и БАДов за последние 6 месяцев с дозами.
- Вспомнил и записал употребление алкоголя за последние 2 года.
- Записал семейный анамнез: кто чем болел из системы печени, гемохроматоз, болезнь Вильсона.
- Не пил алкоголь минимум 2–3 дня до сдачи печёночной панели.

В день приёма

- Документы: паспорт, полис, СНИЛС, направление (если есть).
- Папка с анализами, отсортированными по дате.
- Список лекарств с названиями, дозами и длительностью.
- Свежие анализы (АЛТ, АСТ, билирубин), если врач просит.
- Одежда, которую удобно расстегнуть для осмотра живота.



- Если запланировано УЗИ в тот же день – не есть 6–8 часов до него.

Что спросить на приёме

Мини-список (полный – в вопросах врачу):

- Какой у меня диагноз и на какой стадии?
- Что стало причиной – обратимо ли это?
- Какие препараты нужны и зачем каждый?
- Можно ли мне алкоголь и в каком количестве?
- Как часто сдавать контрольные анализы?
- Нужно ли обследовать родственников?
- Когда следующая встреча и с чем прийти?

После приёма

- Записал рекомендации своими словами, пока помнишь.
- Проверил, знаю ли, какие лекарства можно, а какие – с осторожностью.
- Если назначена противовирусная терапия – уточнил условия получения по ОМС.
- Отметил даты контрольных анализов и следующего визита.
- Сохранил заключение в электронную карту.

Когда не ждать планового приёма

- Нарастающая желтуха кожи и глаз.
- Спутанность сознания, сонливость, «тяжёлая голова».



- Резкая боль в правом подреберье с температурой.
- Чёрный стул или рвота с кровью.
- Быстрое увеличение объёма живота.

Что не делать перед приёмом

- Начинать «гепатопротекторы» за неделю до визита.
- Садиться на жёсткую диету «для очищения» — это исказит анализы.
- Пить алкоголь «чтобы отметить».
- Отменять назначенные препараты без согласования.

