

### Как читать этот документ:

- Обычный текст — обязательные анализы для первого визита
- Курсив серым — желательно, но не обязательно для первого визита

## Подготовка к беременности и восстановление после родов

---

*Два этапа — два акцента. Базовый список общий, расширение — по этапу.*

### Обязательно для первого визита:

- Общий анализ крови (ОАК)
- Общий анализ мочи (ОАМ)
- Глюкоза натощак
- Инсулин натощак
- HbA1c
- Общий белок, Альбумин
- Мочевина, Креатинин, Мочевая кислота
- АЛТ, АСТ, ЩФ, ГГТ
- Билирубин общий и фракции
- Липидный профиль (холестерин, ЛПНП, ЛПВП, ТГЛ)
- Ферритин
- Сывороточное железо, Трансферрин, % насыщения
- Витамин D (25(OH)D)
- Витамин B12
- Фолат (B9)
- Магний
- Цинк
- Гомоцистеин
- ТТГ, Т4 свободный, Т3 свободный, АТ к ТПО, АТ к ТГ
- ФСГ (2–5 день цикла)
- ЛГ
- Эстрадиол
- Прогестерон (лютеиновая фаза)
- АМГ
- Пролактин
- hs-CRP
- УЗИ органов малого таза (гинеколог)
- УЗИ щитовидной железы

### Расширенный список:

- Медь — желательно, но не обязательно для первого визита
- Селен — желательно, но не обязательно для первого визита
- Витамин B6 — желательно, но не обязательно для первого визита
- Кортизол утренний (оценка стресс-оси перед зачатием) — желательно, но не обязательно для первого визита
- ДГЭА-S — желательно, но не обязательно для первого визита
- 17-ОН прогестерон — желательно, но не обязательно для первого визита
- Андростендион — желательно, но не обязательно для первого визита

- *Кальпротектин (кал)* — при жалобах на ЖКТ — желательно, но не обязательно для первого визита
- *Анализ на скрытые пищевые аллергены (IgG4)* — желательно, но не обязательно для первого визита
- *НОМА-IR* — желательно, но не обязательно для первого визита
- *КФК, ЛДГ (при выраженной усталости после родов)* — желательно, но не обязательно для первого визита
- *ЭКГ* — желательно, но не обязательно для первого визита
- *Биоимпедансометрия (состав тела после родов)* — желательно, но не обязательно для первого визита

**Как читать этот документ:**

- Обычный текст — обязательные анализы для первого визита
- *Курсив серым* — желательно, но не обязательно для первого визита