**ИНСТРУКЦИЯ**

**для пациента по самостоятельному сбору мокроты**

1. Желательно собрать утреннюю порцию мокроты, сразу после пробуждения. Если требуется два образца мокроты, то сбор второго образца должен быть осуществлен не ранее, чем через 2 часа после сбора первого.
2. Мокроту рекомендуется собирать в хорошо вентилируемом помещении или на улице.
3. Перед началом сбора мокроты следует предварительно прополоскать полость рта кипяченой водой, что позволяет механически удалить основную часть вегетирующей в ротовой полости микрофлоры и остатки пищи, загрязняющие мокроту и затрудняющие ее обработку.
4. Не следует откашливать слюну или носоглоточную слизь. Поэтому, пожалуйста, очистите нос и горло от слизи, прежде чем Вы начнете кашлять.
5. Если мокрота выделяется эпизодически и в скудном количестве, то накануне вечером и рано утром в день сбора мокроты следует принять отхаркивающее средство или применить раздражающие ингаляции.
6. Необходимо собрать мокроту, которая является отделяемым глубоких отделов дыхательных путей, что достигается в результате продуктивного кашля, возникающего после нескольких глубоких вдохов и резкого выдоха.
7. Для получения мокроты сделайте два глубоких вдоха, задерживая дыхание и выдыхая через нос. Сделайте третий глубокий вдох, задержите его. Кашляйте!
8. После того, как Вы выкашляли мокроту, поднесите открытый контейнер к нижней губе и дайте стечь мокроте в контейнер.
9. Соберите не менее 3-5 мл мокроты, после чего плотно закройте крышку контейнера.
10. Имейте в виду, что медицинский работник может попросить Вас повторить процедуру сбора мокроты, если количество собранной мокроты или ее качество не соответствуют требованиям, предъявляемым к диагностическому материалу.