



# Контрольный лист для взрослых

Код исследуемого ..... Интервьюер .....

Дата проведения интервью ..... (например, 02.03.2025)

Был ли взят анализ крови? ☐ Да  
☐ Нет

Дата и время забора крови ..... (например, 02.03.2025 08:30)

Сколько миллилитров крови было собрано и во сколько пробирок были помещены пробы?

.....

Если кровь не брали, то по какой причине? ☐ Неудачная пункция  
☐ Не было дано согласие  
☐ Исследуемый спонтанно отказался  
☐ Другая причина

Уточните “Другую причину” .....

Был ли сдан анализ мочи? ☐ Нет  
☐ Да

Сколько миллилитров мочи было собрано и во сколько пробирок были помещены пробы?

.....

Дата и время сбора мочи ..... (например, 02.03.2025 08:30)

Если моча не была сдана, то по какой причине? ☐ У исследуемого не было пробирки для сбора проб  
☐ Не было дано согласие  
☐ Другая причина

Пожалуйста, уточните “Другую причину” .....

Являлась ли моча для анализа первой после пробуждения? ☐ Нет  
☐ Да

Если это не первая моча после пробуждения, то почему? ☐ Забыл (-а) сдать анализ утром  
☐ Другая причина

Пожалуйста, уточните “Другую причину” .....

До сдачи анализа мочи, когда в последний раз происходило мочеиспускание? Пожалуйста, укажите дату и время

..... (например, 01.03.2025 22:30)

Где Вы хранили дома образец мочи?

- ☐ В холодильнике
- ☐ В другом холодном месте
- ☐ Образец не находился в холоде

Поместилось ли все содержимое мочевого пузыря в контейнер для образца?

- ☐ Нет
- ☐ Да

Был ли взят образец волос?

- ☐ Нет
- ☐ Да

Сколько волос было собрано и в какое количество контейнеров помещено? .....

Дата и время сбора волос ..... (например, 02.03.2025 08:30)

Если волосы не были собраны, то по какой причине?

- ☐ Отсутствие согласия
- ☐ Исследуемый спонтанно отказался
- ☐ Другая причина

Пожалуйста, уточните “Другую причину” .....

Какова длина волос исследуемого в сантиметрах? ..... см (например, 12 см)

При необходимости укажите любые характеристики или комментарии к образцу .....

Каков натуральный цвет волос исследуемого?

- ☐ Черный / шатен
- ☐ Коричневый / цвет «картофельной кожуры»
- ☐ Blond / русый
- ☐ Рыжий / рыжая

Какова естественная структура волос исследуемого?

- ☐ Прямые волосы
- ☐ Волнистые волосы
- ☐ Вьющиеся волосы

Когда в последний раз были помыты волосы исследуемого?

- ☐ Сегодня
- ☐ Вчера
- ☐ Ранее, чем вчера
- ☐ Не знаю

Если ответ был “ранее, чем вчера”, то сколько дней назад? .....  
 (например, 3 дня назад)

Перед сдачей анализов, употребляли ли Вы в пищу какие-либо из следующих продуктов за последние три дня?

	Точно нет	Менее 12 часов назад	От 12 до 24 часов назад	2 дня назад	3 дня назад
Белая рыба (например, щука, окунь, судак, лещ, камбала, треска, хек)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Мелкие жирные рыбы (например, салака, килька, корюшка, ряпушка, сельдь, сардины)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Крупные жирные рыбы (лосось, форель, сиг, тунец)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Другие морепродукты (например, креветки, осьминог, кальмар)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Мясо (например, курица, свинина, говядина)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Моллюски или улитки	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Рис	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Прочие зерновые продукты (пшеница, рожь, овес, ячмень, кукуруза, отруби)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Водоросли и морские растения	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Грибы	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Овощи	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Фрукты	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Молочные продукты (масло, сыр, молоко)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Жиры (животные (например, сало) а также растительное (например, рапсовое масло)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Картофельные чипсы	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Попкорн приготовленный в микроволновой печи (в пакете)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Арахис	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Жевательная резинка	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Копченые продукты (ветчина, копченая колбаса, копченый сыр, копченая рыба)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Консервы	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Фаст-фуд	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Готовая еда в пластиковой упаковке	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Вам проводили какую-либо из перечисленных ниже медицинских процедур в течение последних 24 часов перед сдачей образца?

	Нет	Да	Не могу сказать
Внутривенная инфузия (капельница)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Сдача крови в качестве донора	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Диализ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Вы контактировали с табачным дымом в течение последних 24 часов перед сдачей образцов?

- ☐ Нет  
☐ Да, я курил (-а)  
☐ Да, я был (-а) подвержен (-а) воздействию табачного дыма от других курильщиков (пассивное курение)

Вы контактировали с электронными сигаретами в течение последних 24 часов перед сдачей образца?

- ☐ Нет  
☐ Да, я сам (-а) курил (-а) электронную сигарету  
☐ Да, я был (-а) подвержен (-а) воздействию дыма от электронных сигарет других курильщиков

Употребляли ли Вы какие-либо бездымные табачные изделия, такие как нюхательный табак, снюс или жевательный табак, в течение 24 часов до сдачи образца?

- ☐ Нет  
☐ Да

Использовали ли Вы какие-либо средства от насекомых (включая средства для борьбы с паразитами у домашних животных) в своем доме в течение 48 часов до сбора образца мочи? Пожалуйста, учитывайте спреи, таблетки, жидкости и т. д. от насекомых?

- ☐ Нет  
☐ Да  
☐ Не знаю

Вы использовали средства от насекомых для людей (например, для борьбы с комарами, вшами, клещами и т. д.) в течение последних 48 часов до сдачи образца?

- ☐ Нет  
☐ Да

Обрабатывался ли Ваш сад пестицидами в течение последней недели (7 дней)?

- ☐ Нет  
☐ Да  
☐ Не знаю  
☐ У меня нет сада

За какое время до сдачи анализа мочи Вы в последний раз пили воду из скважины, колодца или родника?

- ☐ Вообще не пил (-а)  
☐ Менее, чем за 12 часов  
☐ От 12 до 24 часов назад  
☐ От 24 до 48 часов назад  
☐ Более, чем 48 часов назад  
☐ Не знаю

**Благодарим за ответы!**