



راهنمای انجام آزمایش قند خون ۲ ساعته :

لطفا قبل از انجام نمونه گیری موارد زیر را مطالعه فرمایید:

- *آزمایش قند خون ۲ ساعته بهتر است در همان روزی که قند خون ناشتا را انجام می دهید انجام شود.
- *برای انجام آزمایش غذایی را میل کنید که حداقل ۱۰۰ گرم هیدرات کربن داشته باشد. (نان، پنیر، کره، مربا، عسل، چای، قند و ...) زمان شروع صبحانه را یادداشت و ۲ ساعت بعد برای انجام خونگیری اقدام نمایید، برای غذا خوردن حداکثر ۱۵ دقیقه زمان صرف نمایید.
- *در طی زمان دو ساعته از فعالیتهای فیزیکی شدید (دویدن، استرس، ورزش های سنگین و ...) خودداری نمایید.
- *از خوردن و آشامیدن بعد از ۱۵ دقیقه تا پایان ۲ ساعت خودداری نمایید مگر نیاز ضروری به نوشیدن کمی آب داشته باشید. از چند روز قبل از غذای معمول و آب به اندازه کافی استفاده نمایید.
- *چنانچه از دارویی استفاده می نمایید قبل از خونگیری، فرد خونگیر را مطلع فرمایید.

توجه شما به نکات یاد شده باعث افزایش صحت و دقت آزمایش خواهد شد.

با تشکر

آزمایشگاه پاتوبیولوژی نرگس