

راهنمای رعایت ناشتایی

برای انجام برخی آزمایش ها در خون یا گاهی در ادرار نیاز به رعایت ناشتایی می باشد که به نکات زیر شما را راهنمایی خواهد کرد :

- ✓ از ۲ روز قبل از مصرف غذاهای حاوی هیدرات کربن، چربی و پروتئین زیاد و فعالیت شدید عضلانی خودداری گردد.
- ✓ از ۲۴ ساعت قبل از انجام آزمایش از خوردن مایعات بیش از حد پرهیز گردد. (در حد نیاز همیشگی مصرف گردد)
- ✓ برای انجام چربی های خون و برخی آزمایش ها نیاز به ۱۲ ساعت ناشتایی داریم که بهتر است ابتدای شب شام سبک میل گردد و حداکثر تا ۲ ساعت بعد آب یا مایعات دیگر مثل چای صرف شود و روز بعد با ۱۲ ساعت فاصله برای انجام آزمایش مراجعه کرد.
- ✓ برای انجام آزمایش قند و برخی آزمایش ها ۸ ساعت ناشتایی نیاز می باشد که همانند موارد بالا باید رعایت شود.
- ✓ در طول زمان ناشتایی از جویدن آدامس، کشیدن سیگار، استفاده از ترکیبات خوشبوکننده دهان قنندار خودداری شود.
- ✓ استفاده از دارو مطابق تجویز پزشک بدون اشکال می باشد اما باید هنگام انجام آزمایش، آزمایشگاه را مطلع سازید.

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