

شماره فرم : SCO-F-14

ویرایش : A

صفحه : ۱ از ۱

بخش نمونه گیری

راهنمای بیمار جهت اندازه گیری قند خون

ناشتا و دو ساعت پس از غذا

FBS & BS (2hpp)



آزمایشگاه مرکزی فردیس

کلینیکال و اناتومیكال

مستندات سیستم کیفیت - هر گونه کپی و تکثیر از این سند صرفاً توسط دفتر بهبود کیفیت و بهره‌وری انجام خواهد شد

لطفاً قبل از آغاز نمونه گیری موارد ذیل را به دقت مطالعه نمایید .

- 1 - جهت انجام آزمایش قند خون ناشتا بیمار می بایست بمدت ۸ تا ۱۴ ساعت ناشتایی را رعایت نماید .
 - ۲ - در گرسنگی های بیش از ۱۶ ساعت پروتئین ها و اسیدهای چرب تحت تاثیر هورمون گلوکاگن تجزیه شده و مقدار گلوکز خون را افزایش می دهند .
 - ۳ - شب قبل از نمونه گیری از خوردن غذاهای سنگین همانند برنج و خورشخت خودداری نموده و حتی الامکان شامی سبک نظیر مقداری سوپ بهمراه سالاد میل نمایید .
 - ۴ - در طی مدت ناشتایی از خوردن آب میوه ، چای و قهوه خودداری نموده اما نوشیدن آب بلامانع است .
 - ۵ - در طی مدت ناشتایی از مصرف دخانیات و جویدن آدامس خودداری نمایید . استفاده از آدامس بدون قند بلا مانع است .
 - ۶ - در طی مدت ناشتایی استراحت نموده و از انجام تمرین بدنی و ورزش خودداری نمایید .
 - ۷ - در طی مدت ناشتایی مسواک زدن دندانها بلامانع است .
 - ۸ - اگر دارویی در هنگام شب برای شما تجویز شده است حتماً آنرا استفاده نمایید .
 - ۹ - در مواردیکه علاوه بر قند خون ناشتا ، تری گلیسرید نیز در آزمایش شما وجود دارد لازمست تا سه هفته قبل از نمونه گیری رژیم غذایی ثابت داشته و از سه روز قبل الکل مصرف نکرده و حداقل از ۲۴ ساعت قبل ورزش سنگین انجام ندهید .
 - ۱۰ - پس از انجام خونگیری ناشتا ، صبحانه معمول خود را طبق روال همیشگی میل نمایید .
 - ۱۱ - چنانچه می بایست قبل یا پس از صرف صبحانه دارویی مصرف نمایید ، حتماً آنرا استفاده نمایید .
 - ۱۲ - پس از اتمام صبحانه ساعت را بخاطر سپرده و درست دو ساعت پس از آن در آزمایشگاه حضور یابید تا خونگیری مرحله دوم انجام گیرد .
 - ۱۳ - در طی مدت این دو ساعت از مصرف مواد غذایی مختلف و دخانیات خودداری نموده و ضمن پرهیز از انجام فعالیت های بدنی ، استراحت نموده و توجه داشته باشید که استرس های روانی می توانند منجر به افزایش قند خون گردند .
 - ۱۴ - آزمایش قند خون ناشتا و قند دوساعت پس از صبحانه را حتما در یک روز انجام دهید .
- توجه شما در رعایت نکات ذکر شده منجر به افزایش دقت در نتایج آزمایش می گردد .**