

راهنمای ناشتایی جهت انجام آزمایش ها

راهنمایی های زیر برای کمک به بیماران و مراجعین محترم در جمع آوری صحیح نمونه برای آزمایش های درخواست شده توسط پزشکان محترم ارائه گردیده است. ناشتایی با زمان مشخص جهت انجام آزمایش هایی مانند آزمایش قند خون ناشتا و آزمایشات چربی خون، الزامی است چرا که خوردن غذا می تواند منجر به تغییر در مقادیر آزمایش شود. اگر همکاران بخش پذیرش آزمایشگاه از شما بخواهند که در وضعیت ناشتا برای انجام آزمایش ها مراجعه نمایید، خواهشمند است موارد ذیل را رعایت فرمایید:

✓ حداقل هشت ساعت قبل از مراجعه به آزمایشگاه هیچ غذا یا آشامیدنی (به جز آب) نخورده و نیاشامید (این مدت ناشتایی در شب توصیه شده است که فعالیت های بدن به حداقل رسیده و مقادیر طبیعی نیز در نمونه های صبح تعیین شده اند.

✓ در صورتی که آزمایش های مربوط به چربی خون مثل تری گلیسرید برای شما درخواست شده باشد مدت زمان ناشتایی حداقل ۱۲ ساعت است.

✓ از نوشیدن آب میوه، چای و قهوه در طی مدت ناشتایی

پرهیزید. (نوشیدن آب بلامانع است مگر آن که محدودیت در مصرف آب توسط پزشک تذکر داده شده باشد).

✓ در طی مدت ناشتایی از استعمال دخانیات، جویدن آدامس و تمرین بدنی و ورزش پرهیز نمایید. این موارد ممکن است منجر به تحریک سیستم گوارش و تغییر در نتایج آزمایش ها شود.

✓ بعد از نمونه گیری شما می توانید رژیم غذایی عادی و فعالیت روزانه را شروع نمایید.

❖ دستورالعمل نمونه گیری برای آزمایش چالش گلوکز (GCT)

➤ ناشتا بودن برای این آزمایش ضروری نیست ولی باید از آخرین وعده غذایی حداقل ۲ ساعت گذشته باشد.

➤ شربت قندی و یا پودر گلوکز که به شما داده می شود را ظرف مدت ۵ دقیقه میل نمایید.

➤ وقتی شربت را کاملاً میل کردید ساعت را نگاه کرده به پرسنل نمونه گیری اطلاع دهید تا حتماً روی برگه شما ثبت گردد و ساعت نمونه گیری به شما اطلاع داده شود.

➤ بعد از میل نمودن شربت تا زمان نمونه گیری از خوردن، سیگار کشیدن، آشامیدن و ورزش کردن خودداری کنید.

راس ساعت اعلام شده جهت نمونه گیری مجدد حضور بهم رسانید.

روش آماده سازی برای آزمایش قند خون ۲ ساعت پس از صرف صبحانه (2hpp)

➤ لطفاً برای دست یابی به نتایج صحیح آزمایش به نکات ذیل توجه فرمایید. نتایج به خاطر عدم رعایت شرایط می تواند منجر به نادیده گرفته شدن مسائل مهم پزشکی یا درخواست بیش از اندازه و بدون آزمون های آزمایشگاهی گردد.

➤ مدت زمانی که غذا را میل می کنید نباید بیش از ۲۰ دقیقه به طول انجامد.

➤ در طی ۲ ساعت فاصله بین دو نمونه گیری از مصرف هرگونه خوراکی (به جز آب) و نیز تحرک زیاد مانند ورزش، پیاده روی و مصرف سیگار خودداری نمایید.

➤ نمونه خون مجدد، دقیقاً دو ساعت از زمان شروع غذا خوردن شما اخذ خواهد گردید. لذا، پانزده دقیقه قبل از موعد نمونه گیری در آزمایشگاه حضور به هم رسانده و به محض ورود به آزمایشگاه، مسئولین پذیرش را مطلع نمایید.

❖ روش آماده سازی برای آزمایش تحمل قند (GTT)

✓ شب قبل از انجام آزمایش بایستی حداقل ۸ ساعت ناشتا باشید.



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی

نمونه گیری برای آزمایش چالش گلوکز (GCT)



تهیه کننده:

فاطمه گلستانی (سوپروایزر آموزش سلامت)

زهرا دیوانلویی (مسئول آزمایشگاه)

زیر نظر:

دکتر سیدجواد هاشمی (دکترای تخصصی بیوشیمی)

بالینی)

مرکز آموزشی پژوهشی درمانی امام علی (ع)

مهر ماه ۱۴۰۳



بیمارستان امام علی (ع)

بجنورد، خیابان شهریار، مقابل دانشگاه آزاد

در صورت هر گونه سوال می توانید در ساعات اداری با شماره

تلفنهای زیر تماس بگیرید:

تلفن: ۰۵۸۳۱۵۱۱۶۰۷

جهت دریافت این فایل آموزشی به سایت بیمارستان به

آدرس زیر

مراجعه کنید:

WWW.NKUMS.AC.IR

✓ اولین نمونه خون در زمان ناشتایی از شما گرفته می شود.

✓ پس از اینکه نمونه ناشتا گرفته شد، به شما محلول قندی داده

می شود تا به آرامی (طی مدت زمان ۵ دقیقه) میل نمائید و پس

از آن بلافاصله فرد نمونه گیر را مطلع سازید تا ساعت

نمونه گیری شما را جهت مراحل نمونه گیری بصورت مکتوب

به شما اعلام نماید

✓ توجه داشته باشید که برای نمونه گیری حداقل ۳ الی ۴ ساعت

باید در آزمایشگاه حضور داشته باشید و توصیه شده است

نمونه گیری بین ساعات ۷ تا ۹ صبح شروع شود.

✓ حتما در زمان های اعلام شده در آزمایشگاه حضور داشته باشید.

✓ در مورد مصرف دارو و یا تزریق انسولین صبح روز آزمایش و طی

زمان انجام آزمایش با پزشک معالج هماهنگ نمایید.

✓ در طول زمان انجام آزمایش، از ورزش و یا تحریک زیاد، و

همچنین استعمال دخانیات پرهیز کرده و هیچگونه غذایی میل

نکنید. (نوشیدن آب بلامانع است).

✓ چنانچه شربت گلوکز خورده شده را استفراغ کردید، حتما

مسئول نمونه گیری را مطلع سازید.