

راهنمای شرایط ناشتایی برای انجام آزمایشات

نحوه ایجاد شرایط ناشتایی:



- ✓ تا ۱۰ ساعت پیش از مراجعه به آزمایشگاه هیچ گونه خوراکی یا آشامیدنی به جز آب میل نفرمایید.
- ✓ تا حد امکان صبح ها پیش از ساعت ۸ و بعد از خواب و استراحت کافی به آزمایشگاه مراجعه کنید .
- ✓ از نوشیدن آب میوه ، جای و قهوه طی مدت ناشتایی بپرهیزید ، البته نوشیدن آب بلامانع است .
- ✓ در مدت ناشتایی از استعمال دخانیات ، جویدن آدامس و تمرین های بدنی و ورزش و مصرف الکل پرهیز کنید .
- ✓ برای پیشگیری از تاثیر گر سنگی زیاد نباید بیش از ۱۶ ساعت در حالت ناشتایی بمانید .

آزمایش چربی خون :

- ✓ ناشتایی ۱۲-۱۴ ساعت قبل از آزمایش
- ✓ آخرین وعده غذایی سبک باشد اما رژیم را تغییر ندهید .

آزمایش قند خون :

FBS: ۱۲-۱۰ ساعت قبل از آزمایش ناشتا باشید .مصرف داروهای پایین آورنده قند خون با دستور پزشک صورت گیرد.

قندخون دوساعته :

- ✓ ۱۲-۱۰ ساعت قبل از آزمایش ناشتا باشید.
- ✓ بعد از گرفتن نمونه اول صبحانه را میل کنید و بعد از اتمام صبحانه ساعت را یادداشت نمایید و دقیقاً ۲ ساعت بعد جهت گرفتن نمونه ی خون دوم در آزمایشگاه باشید .
- ✓ بعد از پایان صبحانه و تا زمان خونگیری از خوردن غذا وانجام ورزش پرهیز شود.

OGTT یا آزمایش تحمل گلوکز خوراکی :

- ✓ ابتدا در آزمایشگاه یک نمونه قند خون ناشتا از شما گرفته می شود .سپس یک محلول قندی به شما داده می شود بنا به درخواست پزشک معالج در فواصل زمانی نیم ، یک ، یک و نیم ، دو و حتی سه ساعت بعد از مصرف محلول قندی ، از شما خونگیری می شود .
- ✓ در زمان مقرر برای انجام خون گیری ها حتماً در آزمایشگاه حضور داشته باشید .
- ✓ در فواصل خونگیری ها از خوردن آب نبات ، آدامس و شیرینی جات و انجام فعالیت های بدنی جداً خودداری کنید .
- ✓ نوشیدن آب در فواصل خون گیری بلا مانع است .

آزمایشات چربی های خون LDL-HDL- Triglyceride – Cholestrol:

۱۴ ساعت قبل از انجام آزمایش ناشتا باشید . آخرین وعده غذایی تان باید سبک باشد اما رژیم غذایی خود را در چند روز اخیر تغییر ندهید .

آزمایشات انعقادی (PTT – PT)

- ✓ نیاز به ناشتایی ندارد.
- ✓ اگر این آزمایش برای کنترل دوز دارو استفاده می شود ، نمونه گیری باید نیم ساعت قبل از دریافت دوز وارفارین (برای تست PT و هیپارین برای تست PTT انجام شود)
- ✓ ترجیحاً برای انجام این تست همیشه به یک آزمایشگاه مراجعه شود .



هورمون های تیروئیدی

- ✓ حداقل ۳ ساعت قبل از آزمایش چیزی نخورید .
- ✓ انجام آزمایش تیروئید تا ۲ هفته بعد از عمل جراحی انجام نشود .
- ✓ مصرف هورمون و برخی داروها بر روی جواب آزمایشات تاثیر دارد بنابراین در مورد مصرف هر دارویی قبل از آزمایش با پزشک خود مشورت کنید .

بررسی آهن خون (Fe)

- ✓ آزمایش بعد از خواب کافی انجام شود و استرس نداشته باشید .
- ✓ از ۲ روز قبل از مصرف ویتامین B12 و مکمل های آهن خودداری کنید .
- ✓ حدوداً ۴ ساعت ناشتایی توصیه می شود .

پرولاکتین :

ناشتا باشید – استرس نداشته باشید و قبل از انجام آزمایشات استراحت کافی داشته باشید – نمونه گیری در صبح و ۲ ساعت بعد از بیدار شدن از خواب می باشد – شب قبل ، رابطه جنسی نداشته باشید – لباس تنگ نپوشید – قبل از انجام آزمایش ورزش و پیاده روی انجام ندهید .

آزمایشات کبدی :

- ✓ نیازی به ناشتا بودن وجود ندارد ، ولی بهتر است فرد ناشتا باشد .
- ✓ برخی از داروها باعث افزایش سطح این آنزیم ها در خون می شوند، لذا در صورت صلاحدید پزشک معالج ، داروی مصرفی را ۸ تا ۲۴ ساعت قبل از آزمایش قطع کنید .
- ✓ تزریقات عضلانی و ورزش باعث افزایش آنزیم های کبدی در خون می شود بنابراین ۳ روز قبل از انجام آزمایش تزریق انجام ندهید .



واحد آموزش

واحد بهبود کیفیت