



راهنمای آزمایش قند خون دو ساعته

گروه هدف: تمام گروه های سنی

تلفن تماس: ۹-۰۲۱-۲۲۷۱۸۰۰۰ داخلی ۴۸۱-۴۸۲

تلفن مستقیم: ۰۲۱-۲۲۷۲۷۰۲۰

تهیه کننده: گروه آموزش به بیمار
بازبینی بهار ۱۴۰۴



راهنمای آزمایش قند خون دو ساعته

گروه هدف: تمام گروه های سنی

تلفن تماس: ۹-۰۲۱-۲۲۷۱۸۰۰۰ داخلی ۴۸۱-۴۸۲

تلفن مستقیم: ۰۲۱-۲۲۷۲۷۰۲۰

تهیه کننده: گروه آموزش به بیمار
بازبینی بهار ۱۴۰۴



راهنمای آزمایش قند خون دو ساعته

گروه هدف: تمام گروه های سنی

تلفن تماس: ۹-۰۲۱-۲۲۷۱۸۰۰۰ داخلی ۴۸۱-۴۸۲

تلفن مستقیم: ۰۲۱-۲۲۷۲۷۰۲۰

تهیه کننده: گروه آموزش به بیمار
بازبینی بهار ۱۴۰۴

راهنمای آزمایش قند خون دو ساعته

- 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 کربوهیدرات داشته باشد (نان ، پنیر، کره، مربا، عسل، چای، قند و ...) زمان شروع صبحانه را یادداشت و ۲ ساعت بعد برای انجام خونگیری اقدام نمائید، برای غذاخوردن حداکثر ۱۵ دقیقه زمان صرف نمائید .
- در طی زمان دوساعت از فعالیت های فیزیکی شدید (دویدن، استرس، ورزش های سنگین و...) خودداری نمائید.
- از خوردن و آشامیدن بعد از ۱۵ دقیقه تا پایان ۲ ساعت خودداری نمائید، مگر نیاز ضروری به نوشیدن کمی آب داشته باشید. از چندروز قبل از غذای معمول و آب به اندازه کافی استفاده نمائید .
- چنانچه از دارویی استفاده می نمایید، قبل از خونگیری فرد خونگیر را مطلع فرمائید.
- حتما قبل از ساعت ۱۰ صبح آزمایش انجام شود.
- توجه شما به نکات یادشده باعث افزایش صحت ودقت آزمایش خواهدشد.

راهنمای آزمایش قند خون دو ساعته

- 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 کربوهیدرات داشته باشد (نان ، پنیر، کره، مربا، عسل، چای، قند و ...) زمان شروع صبحانه را یادداشت و ۲ ساعت بعد برای انجام خونگیری اقدام نمائید، برای غذاخوردن حداکثر ۱۵ دقیقه زمان صرف نمائید .
- در طی زمان دوساعت از فعالیت های فیزیکی شدید (دویدن، استرس، ورزش های سنگین و...) خودداری نمائید.
- از خوردن و آشامیدن بعد از ۱۵ دقیقه تا پایان ۲ ساعت خودداری نمائید، مگر نیاز ضروری به نوشیدن کمی آب داشته باشید. از چندروز قبل از غذای معمول و آب به اندازه کافی استفاده نمائید .
- چنانچه از دارویی استفاده می نمایید، قبل از خونگیری فرد خونگیر را مطلع فرمائید.
- حتما قبل از ساعت ۱۰ صبح آزمایش انجام شود.
- توجه شما به نکات یادشده باعث افزایش صحت ودقت آزمایش خواهدشد.

راهنمای آزمایش قند خون دو ساعته

- 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 کربوهیدرات داشته باشد (نان ، پنیر، کره، مربا، عسل، چای، قند و ...) زمان شروع صبحانه را یادداشت و ۲ ساعت بعد برای انجام خونگیری اقدام نمائید، برای غذاخوردن حداکثر ۱۵ دقیقه زمان صرف نمائید .
- در طی زمان دوساعت از فعالیت های فیزیکی شدید (دویدن، استرس، ورزش های سنگین و...) خودداری نمائید.
- از خوردن و آشامیدن بعد از ۱۵ دقیقه تا پایان ۲ ساعت خودداری نمائید، مگر نیاز ضروری به نوشیدن کمی آب داشته باشید. از چندروز قبل از غذای معمول و آب به اندازه کافی استفاده نمائید .
- چنانچه از دارویی استفاده می نمایید، قبل از خونگیری فرد خونگیر را مطلع فرمائید.
- حتما قبل از ساعت ۱۰ صبح آزمایش انجام شود.
- توجه شما به نکات یادشده باعث افزایش صحت ودقت آزمایش خواهدشد.