



آمادگی آزمایشات ناشتا



روش آماده سازی و اطلاع رسانی بیماران جهت نمونه گیری صحیح

از آن جایی که بیشترین خطاهایی که در نتایج آزمایشها در دنیا مشاهده می گردد مربوط به خطاهای قبل از انجام آزمایش از جمله شرایط آماده سازی بیماران، شرایط نگهداری نمونه و می باشد، برای پیشگیری از این موارد راهکارهای مختلفی از جمله استاندارد نمودن نمونه ها ارائه شده است. در همین راستا این آزمایشگاه نیز به منظور یکسان نمودن شرایط آماده سازی قبل از انجام آزمایش راهنمایی های مختلفی را تهیه نموده است که معرفی می گردد. رعایت شرایط ذکر شده در این راهنما در نتایج حاصل از آزمایشها و مقایسه آن با مقادیر طبیعی و به تبع آن در مدیریت تشخیص و درمان توسط پزشکان محترم بسیار موثر خواهد بود.

راهنمای ناشتایی جهت انجام آزمایش ها:

راهنمایی های زیر برای کمک به بیماران و مراجعین محترم در جمع آوری صحیح نمونه برای آزمایشهای درخواست شده توسط پزشکان محترم ارائه گردیده است. ناشتایی با زمان مشخص جهت انجام آزمایشها مانند: آزمایش قند خون ناشتا، تری گلیسرید ،..... الزامی است چرا که خوردن غذا میتواند منجر به تغییر در مقادیر آزمایش شود. اگر پزشکان محترم ما در آزمایشگاه از شما بخواهند که در وضعیت ناشتا برای انجام آزمایشها مراجعه نمایید خواهشمند است موارد ذیل رعایت گردد:

۱. 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 فعالیتهای بدن به حداقل رسیده و مقادیر طبیعی نیز در نمونه های صبح تعیین شده اند).
 ۲. آزمایش قند حداقل ۸ ساعت ناشتایی لازم دارد.
 ۳. در صورتی که آزمایشهای مربوط به چربی خون مثل تریگلیسرید برای شما درخواست شده باشد مدت زمان ناشتایی حداقل ۱۲ ساعت است.
 ۴. آزمایش های فسفر، اوره، اسید اوریک، پرولاکتین حداقل ۴ ساعت ناشتایی لازم دارند.
 ۵. از نوشیدن آب میوه، چای و قهوه در طی مدت ناشتایی بپرهیزید اما نوشیدن آب بلامانع است (مگر آنکه محدودیت در مصرف آب توسط پزشک تذکر داده شده باشد).
 ۶. 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 آزمایشها شود.
- بعد از نمونه گیری شما میتوانید رژیم غذایی عادی و فعالیت روزانه را شروع نمایید .

ناشتایی قبل آزمایش



آمادگی آزمایشات ناشتا (06)1403	
گردآورنده	الهام سرتکی (سوپروایزر آموزش سلامت)
استاد علمی	دکتر آناهیتا علی زاده (متخصص آسیب شناسی تشریحی و بالینی)