

## آزمایش هایی که نیاز به رژیم غذایی خاصی دارند

**Bleeding Time:** عدم مصرف آسپرین و داروهای مشابه در طی هفته قبل از انجام آزمایش.

**Ferritin:** هنگامی که بیمار تحت درمان با آهن است تعیین فریتین سرم چندان قابل اعتماد نخواهد بود.

**HDL/LDL:** رعایت یک رژیم غذایی ثابت و وزن ثابت به مدت ۳ هفته

ناشتایی حداقل ۱۰ ساعت قبل از نمونه گیری

**Triglycerides:** رعایت یک رژیم غذایی ثابت به مدت ۳ هفته

عدم مصرف الکل ۳ روز قبل

انجام ندادن ورزش سنگین ۲۴ ساعت قبل.

ناشتایی آزمایش های مختلف



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گروستان

بیمارستان صلاح الدین ایوبی

دستورالعمل آموزشی

۱۴۰۴-۰۳-۱۴

در برخی آزمایش ها، برای اینکه بتوانید نتیجه معتبری را از آزمایش خود دریافت نمایید، باید طی یک زمان مشخص ناشتا باشید.

در واقع میل کردن غذای می تواند باعث تغییر در نتیجه نهایی شود.

در واقع فعالیت ها و بی دقتی هایی وجود دارند که باعث می شوند جواب آزمایش اشتباه شده و پارامترهای آن تغییر کند.

شب قبل از آزمایش شام سبک میل نمایید.

۱۰ تا ۱۲ ساعت قبل از مراجعه به آزمایشگاه هیچ گونه خوراکی یا آشامیدنی جز آب میل نکنید.

البته اگر محدودیت در مصرف آب توسط پزشک یا مسئولان آزمایشگاه تذکر داده شده باشد، مجاز به نوشیدن آب هم نخواهید بود.

مسواک زدن طی زمان ناشتایی مجاز است.

طی مدت ناشتایی از استعمال دخانیات، جویدن آدامس،

مصرف قرص‌های نرم‌کننده گلو، شربت‌های سینه، انجام تمرین‌های بدنی و ورزش پرهیز کنید.

در آزمایش‌های مربوط به چربی خون مثل تری گلیسیرید و کلسترول مدت زمان ناشتایی لازم حداقل ۱۲ ساعت است.

برای اندازه‌گیری نیتروژن اوره خون (BUN) هشت ساعت ناشتایی کافی است.

آزمایش اسید اوریک خون نیز نیاز به حداقل هشت ساعت ناشتایی دارد.

برای انجام آزمایش آهن هم ۱۰ تا ۱۲ ساعت ناشتایی لازم است.

برای انجام تست‌های کبدی نیازی به ناشتا بودن نیست اما برای گرفتن نتیجه دقیق‌تر بهتر است حداقل چند ساعت ناشتا باشید.

علاوه بر این، حداقل از سه روز قبل از انجام این آزمایشات نباید هیچ‌گونه تزریق عضلانی انجام دهید.

آزمایش هورمون‌های تیروئیدی نیازی به ناشتا بودن ندارد اما به دلیل تاثیر کدورت ناشی از خوردن چربی بر نتایج آزمایش،

لازم است حداقل از سه ساعت قبل مواد غذایی مصرف نکنید.

برای پیشگیری از تاثیر گرسنگی زیاد نباید بیش از ۱۶ ساعت در حالت ناشتا باشید.

در بعضی موارد لازم است قرص‌های مصرفی تان را قطع کنید و بعد آزمایش بدهید.

پس حتما در این مورد از پزشک خود یا مسئولان آزمایشگاه سوال کنید.