

## راهنمای رعایت ناشتایی

برای انجام برخی آزمایش ها در خون یا گاهی در ادرار نیاز به رعایت ناشتایی میباشد که به نکات زیر شما را راهنمایی خواهد کرد:

ناشتایی به معنای پرهیز از خوردن غذا و مواد حاوی انرژی به مدت ۱۰ الی ۱۲ ساعت است ، مطابق با این تعریف نوشیدن آب اشکالی ندارد . ناشتایی برای برخی آزمایش های بیوشیمی مانند قند ، اسید اوریک ، کلسترول و تری گلیسرید لازم است

### نکات مهم :

- بهتر است نمونه آزمایش های ناشتا صبح اول وقت تهیه شوند (به جز در مواردی که پزشک معالج یا آزمایشگاه تشخیص دهند).
- شام قبل از ناشتایی باید سبک باشد و برای اندازه گیری آزمایش های چربی خون ، ۷۲ ساعت رژیم بدون چربی قبل از نمونه گیری لازم است .
- خوردن اکثر داروها با هماهنگی آزمایشگاه در ساعات ناشتایی مجاز است . اما مصرف داروهایی که طبق نظر آزمایشگاه یا پزشک معالج بر نتیجه آزمایش تاثیر گذار باشد باید کنترل شود لذا حتما در مورد داروهای مصرفی خود با آزمایشگاه مشورت کنید.

توجه شما به نکات یادشده باعث افزایش صحت ودقت آزمایش خواهددشد.