

کد سند کد سند ۴۰۳/۰۴/۰۱ مدیرک درون سازمانی	آزمایشگاه بیمارستان فوق تخصصی قائم (عج) بیمارستان فوق تخصصی قائم (عج) Ghaem SubSpecialty Hospital	تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۴/۱۱/۰۱ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۶/۱۱/۰۱
تعداد صفحات: ۱ تعداد کپی: ۲	شرح کلی: راهنمای آماده‌سازی بیمار	محدوده توزیع: کمد مستندات نمونه برداری

## عنوان: راهنمای آماده‌سازی بیمار

مراجعه کننده محترم:

گرچه برای بسیاری از آزمایشات ناشتا بودن الزامی نیست، اما برای آن دسته از آزمایشاتی که نیاز به ناشتا بودن یا شرایط خاص دارند، توضیحات لازم به صورت کتبی یا شفاهی توسط آزمایشگاه بیمارستان قائم در اختیار شما قرار خواهد گرفت. قسمتی از توضیحات این جزوه که مربوط به آزمایش شما می‌شود توسط متصدیان آزمایشگاه علامت خورده است؛ لطفاً آن را با دقت بیشتر مطالعه فرمائید.

### اهمیت آمادگی پیش از آزمایش

بیش از ۶۰ درصد خطاهای آزمایشگاهی، مربوط به مرحله پیش از آزمایش است و اگر نمونه‌ای نامناسب باشد، با بهترین دستگاه‌ها و با تجربه‌ترین کارکنان هم نمی‌توان از آن نمونه، نتیجه درستی به دست آورد. برای همین، آزمایش‌دهنده باید با شرایط و آمادگی کامل به آزمایشگاه بیاید و «شرایط لازم برای نمونه‌گیری» را داشته باشد.

### راهنمای ناشتایی جهت انجام آزمایش‌ها

در آزمایش‌های مختلف، شرایط ناشتایی متفاوت است. در برخی آزمایش‌ها باید پیش از نمونه‌گیری مدتی غذا مصرف نشود تا سطح قند و چربی در خون افزایش نیابد و مداخله‌ای در نتیجه آزمایش ایجاد نگردد؛ مثلاً برای آزمایش چربی باید ۱۲ تا ۱۴ ساعت ناشتا بود، برای آزمایش قند ۸ تا ۱۶ ساعت و آزمایش آهن ۱۲ ساعت. رعایت ناشتایی یعنی اینکه آزمایش‌دهنده یک غذای سبک و کم‌چرب مصرف کند و تا زمان نمونه‌گیری (مثلاً ۱۲ ساعت قبل از آزمایش چربی خون) از مصرف هر گونه ماده خوراکی و دخانیات خودداری نماید، اما مصرف آب منعی ندارد.

### دستورالعمل دقیق

اگر پزشکان محترم شما یا همکاران ما در آزمایشگاه از شما بخواهند که در وضعیت ناشتا برای انجام آزمایش‌ها مراجعه نمایید، خواهشمند است موارد ذیل رعایت گردد:

- مدت ناشتایی:** ۱۰ الی ۱۲ ساعت قبل از مراجعه به آزمایشگاه هیچ غذا یا آشامیدنی (بجز آب) نخورده و نیاشامید. (این مدت ناشتایی در شب توصیه شده است که فعالیت‌های بدن به حداقل رسیده و مقادیر طبیعی نیز در نمونه‌های صبح تعیین مقدار شده‌اند).
- ناشتایی برای چربی:** در صورتیکه آزمایش‌های مربوط به چربی خون مثل تری‌گلیسرید برای شما درخواست شده باشد، مدت زمان ناشتایی حداقل ۱۲ ساعت است.
- ممنوعیات نوشیدنی:** از نوشیدن آبمیوه، چای و قهوه در طی مدت ناشتایی بپرهیزید، اما نوشیدن آب به مقدار کم بلامانع است (مگر آنکه محدودیت در مصرف آب توسط پزشک یا همکاران آزمایشگاه تذکر داده شده باشد).
- فعالیت و دخانیات:** طی مدت ناشتایی از استعمال دخانیات، جویدن آدامس و تمرین‌های بدنی و ورزش پرهیز نمایید. این موارد ممکن است منجر به تحریک سیستم گوارش و تغییر در نتایج آزمایش‌ها شود.
- حداکثر زمان ناشتایی:** برای جلوگیری از تأثیر گرسنگی زیاد، نباید بیمار بیش از ۱۶ ساعت ناشتا باشد.
- پس از نمونه‌گیری:** بعد از نمونه‌گیری شما می‌توانید رژیم غذایی عادی و فعالیت روزانه خود را شروع نمایید.
- داروها:** اجازه دارید داروهایی را که پزشک دستور قطع آن‌ها را صادر نکرده است، مصرف کنید.
- مراقبت پس از خونگیری:** جهت جلوگیری از کبودی محل خونگیری شده، آرنج را صاف نگه داشته و به مدت ۵ دقیقه محکم با پنبه روی محل خونگیری فشار وارد سازید.