

JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO TESTU DOUSTNEGO OBCIĄŻENIA GLUKOZĄ (OGTT)?

ZALECENIA OGÓLNE:

Stężenie glukozy w tym teście ocenia się we krwi żyłnej, nie należy wykonywać tego badania glukometrem. Służy on tylko do samokontroli, nie jest narzędziem diagnostycznym

nie wykonujemy badania w czasie infekcji czy antybiotykoterapii – wyniki mogą ulec zaburzeniu

nie wykonujemy badania w okresie intensywne treningów i zawodów sportowych. Na kilka dni przed badaniem należy zminimalizować intensywność treningów, a dzień przed badaniem najlepiej z nich zrezygnować.

Zgłaszamy lekarzowi przyjmowane leki – zwłaszcza wpływające na poziom glukozy (np. leki sterydowe, leki moczopędne)

Metformina – należy skonsultować z lekarzem czy powinna być odstawiona i na jaki okres. Niekiedy trzeba ją odstawić nawet na 7-14 dni.

PRZED BADANIEM – 3 dni

- NIE stosujemy restrykcyjnych diet – niskokalorycznych lub niskowęglowodanowych – mogą wpływać na pogorszenie wchłaniania węglowodanów i zafałszowanie wyniku.
- NIE odstawiamy węglowodanów – dobowe spożycie węglowodanów 3-4 dni przed badaniem powinno wynosić co najmniej 150 g – ale nie w postaci cukrów prostych - jemy pełnoziarniste pieczywo, kasze, ryż, owoce, warzywa
- NIE pijemy alkoholu, kawy, herbaty i innych napojów kofeinowych.
- NIE palimy papierosów.

W DNIU BADANIA

- Ostatni posiłek zjadamy co najmniej 8 godzin przed pobraniem.
- Badanie przeprowadzamy rano - tolerancja glukozy zmniejsza się po południu i wieczorem na skutek zmniejszonej wrażliwości tkanek na insulinę i mniejszej reaktywności komórek β trzustki na glukozę.
- Po obciążeniu glukozą i w przerwie pomiędzy pobraniami pozostajemy w spoczynku, nie zjadamy żadnych pokarmów, nie pijemy płynów, nie palimy papierosów, nie przyjmujemy leków, nie wychodzimy z laboratorium w celu załatwienia zaległych spraw.