



دانشگاه علوم پزشکی و  
خدمات بهداشتی کردستان

بیمارستان امام حسین (ع) بیجار

راهنمای آزمایش قند خون دو ساعته



شماره تلفن: 08738236068

وب سایت بیمارستان :

[muk.ac.ir/Muk/Hospitals/HosBijar.aspx](http://muk.ac.ir/Muk/Hospitals/HosBijar.aspx)

واحد آموزش سلامت

سال 1403

□ توجه شما به نکات یادشده باعث افزایش  
صحت ودقت آزمایش خواهدشد.

### راهنمای آزمایش قند خون دو ساعته

□ آزمایش قند خون 2 ساعته بهتر است در  
همان روزی که قند خون ناشتا را انجام می دهید  
انجام شود .

□ برای انجام آزمایش غذایی را میل کنید که  
حداقل 100 گرم کربوهیدرات داشته باشد (نان  
،پنیر،کره، مربا، عسل، چای، قند و ...) زمان شروع  
صبحانه را یادداشت و 2 ساعت بعد برای انجام  
خونگیری اقدام نمائید، برای غذاخوردن حداکثر  
15 دقیقه زمان صرف نمائید .

□ در طی زمان دوساعت از فعالیت های فیزیکی  
شدید ( دویدن، استرس، ورزش های سنگین و...)   
خودداری نمائید.

□ از خوردن و آشامیدن بعد از 15 دقیقه تا پایان  
2ساعت خودداری نمائید، مگر نیاز ضروری به  
نوشیدن کمی آب داشته باشید. از چندروز قبل از  
غذای معمول وآب به اندازه کافی استفاده نمائید .

□ چنانچه از دارویی استفاده می نمائید، قبل از  
خونگیری ، فرد خونگیر را مطلع فرمائید.

□ حتما قبل از ساعت 10 صبح آزمایش انجام  
شود.