

## Подготовка к сдаче анализа на толерантность к глюкозе

Биоматериал на исследование необходимо сдавать **утром строго натощак**, не менее чем через 10-12 часов после последнего приёма пищи.

В течение ночи перед проведением анализа, допускается только вода. Утром полностью натощак исключить еду и любые напитки. По возможности, отсрочить прием препаратов (*отмена лекарственных препаратов производится только после предварительной консультации с лечащим врачом*).

**В течение трех дней до проведения теста**, необходимо придерживаться обычной диеты без ограничения углеводов. Не стоит перед проведением анализа употреблять много сладких и углеводистых продуктов, жирной пищи, пить много воды. Стоит избегать перегрузок, переохлаждения, стрессов. Если произошло обострение имеющейся хронической болезни (проблемы почек, печени, пищеварительной системы) или было пищевое отравление, стоит перенести анализ до нормализации состояния.

**За 24 часа до сдачи** крови на исследование необходимо исключить курение, употребление алкоголя и кофе.

**В ходе теста забор крови проводят два раза.**

Первую пробу рекомендуется сдавать **с 8 до 9 утра**. После сдачи первой пробы пациент принимает внутрь раствор 75 грамм глюкозы на 300мл воды. Затем берется вторая проба (через 1-2 часа). Во время ожидания момента сдачи второго анализа необходимо находиться в состоянии покоя (сидеть), еда и напитки исключаются.

*Сразу после завершения анализа нужно поесть и принять препараты, которые необходимы, чтобы не нарушалось общее самочувствие.*

**Результаты анализов не являются диагнозом и требуют консультации специалиста.**