

환자 지침
혈액검사

귀하의 담당의사가 [X]로 표시된 검사를 요청했습니다. 보다 정확한 검사 결과를 위해 아래 지침을 따라 주시기 바랍니다.

[]	지질 (콜레스테롤, 중성지방, 고밀도 지단백질(HDL)) 의사의 지시에 따라 금식을 하는 <i>경우에만</i>	이 검사 전에 8 ~ 12 시간 동안 음식이나 음료수를 섭취하지 마십시오(물은 제외). 혈액 채취를 아침에 받으시기를 권장합니다.
[]	공복혈당	이 검사 전에 8 ~ 12 시간 동안 음식이나 음료수를 섭취하지 마십시오(물은 제외). 혈액 채취를 아침에 받으시기를 권장합니다.
[]	식후 2시간 혈당	반드시 식사 시작부터 정확히 2 시간 이내에 혈액을 채취해야 합니다. 식사 시작부터 정확히 2 시간 후에 혈액을 채취하십시오. <ul style="list-style-type: none"> • 든든한 식사를 하고 음식이 처음 입에 들어간 시간을 기록하십시오. 식사를 20 - 25 분 내에 마치는 것을 권장합니다. • 식사를 마친 후에는 혈액 채취를 할 때까지 아무것도 먹거나 마시지 마십시오. 실험실에 예약시간 보다 5 ~ 10분 더 일찍 오십시오.
[]	GTT(임신성 당뇨병 확인)*	<ul style="list-style-type: none"> • 혈액 검사 전에 8 ~ 12 시간 동안 음식이나 음료수를 섭취하지 마십시오(물은 제외). 검사를 받는 동안 계속 실험실에 머물러 있어야 합니다. • 의사가 달리 지시하지 않는 한, 검사받기 전 3 일 동안 제한없는 식사(하루 탄수화물 섭취량 150 그램을 포함, 첨부된 차트* 참조) 및 무제한 활동을 하십시오. • 검사 후에 현기증을 느낄 수 있습니다. 검사 후에 드실 약간의 간식을 준비해 오십시오. 제안 : 크래커와 치즈, 그래놀라 바, 과일, 과일 주스 등
[]	GTT (비 임신)*	알림: 의사의 지시가 위의 내용과 다른 경우 의사의 지시를 따르십시오. 당뇨병 환자: 귀하의 식이 요법에 대한 의사의 지시를 따르십시오.

*탄수화물 식품 목록

음식	양	탄수화물(그램)
사과	1	20
바나나	1	26
(건조 또는 요리된)콩	1 c	39
간 쇠고기	3 oz	0
빵	1 조각	13
브로콜리	1 c	8
버터	1 티스푼	미량
당근	1	7
시리얼	1 c	19
치즈	1 oz	1
대구	3 oz	0
커피/티	1 c	0
쿠키(생강 과자)	1	5
계란	1	1
과일 주스	1 c	29
그рей프프루트(자몽)	1/2	13
아이스크림	1/2 c	16
잼/젤리	1 티스푼	14
우유	1 c	11
머핀/도넛	1	18
익힌 국수/파스타	1 c	37
꿀	1	16
피넛 버터	1 티스푼	3
구어진 땅콩	1 c	27
과일 파이	파이의 1/8	44
구운 감자	1	33
건포도	1/2 c	56
익힌 쌀	1 c	50
스프, 미네스트론	1 c	14
설탕/시럽	1 티스푼	12
토마토	1tmvm,	6
와플, 7 인치	1	28
플레인 요거트	4 oz	8
익힌 호박	1 c	7