



## Ohje potilaalle glukoosirasituksesta

Sinulle on varattu aika glukoosikokeeseen

\_\_\_\_\_ näytteenottoon \_\_\_\_/\_\_\_\_20\_\_ klo \_\_\_\_\_

Istu 15 minuuttia ennen näytteenottoa verenkierron tasaannuttamiseksi.

- Varaa käyntiin aikaa noin 2 ½ tuntia
- Varaa käyntiin aikaa noin 5 ½ tuntia

### Kokeen periaate

Kokeella mitataan elimistösi kykyä tasapainottaa veren sokeripitoisuutta silloin, kun nautit sokeria sisältävää ruokaa tai juomaa.

### Ennen tutkimusta

Ole **syömättä 10 - 12 tuntia** ennen glukoosikoetta. Voit juoda vettä mutta et muita juomia. Syö normaali iltapala, sillä liian pitkä paasto vaikuttaa häiritsevästi kokeeseen. Jotta kokeen tulos olisi mahdollisimman oikea, syö riittävästi hiilihydraatteja (esimerkiksi leipä, peruna, sokeri) koetta edeltävinä päivinä.

Vältä fyysistä rasitusta välittömästi ennen koetta ja kokeen aikana.

### Tutkimuksen toteutus

Saat juotavaksi glukoosiliuosta paastoverinäytteen ottamisen jälkeen. Aikuisen annos on noin 300 ml liuosta, joka sisältää 75 g glukoosia.

Juo liuos 5 minuutin aikana. Kokeen aikana et voi syödä etkä juoda.

**Verinäytteet otetaan** joko laskimosta tai sormenpäältä, joka kerta samalla tavalla:  
**2 tunnin koe:** paastonäyte sekä näytteet 1 ja 2 tunnin kuluttua glukoosiliuoksen juomisesta.

**5 tunnin koe:** paastonäyte sekä näytteet 1, 2, 3, 4 ja 5 tunnin kuluttua glukoosiliuoksen juomisesta.

Kokeen jälkeen voit palata työhön tai kotiin.

### Yhteystiedot

Jos Sinulla on tästä kokeesta kysyttävää, voit soittaa arkisin numeroon 03-629 2273.