



შენიკიმი



დიეტა სისხლის ანალიზების დროს (დიაგნოსტიკა)

საინფორმაციო ბუკლეტი



დიეტა სისხლის ანალიზების დროს – საინფორმაციო ბუკლეტი
(დიაგნოსტიკა)

ზოგიერთ სისხლის ანალიზისთვის დიეტა აუცილებელია, რათა ტესტის შედეგები იყოს ზუსტი და სანდო. დიეტის არდაცვამ შეიძლება მნიშვნელოვნად შეცვალოს შედეგები და ექიმს არასწორი ინფორმაცია მიაწოდოს. ეს ბუკლეტი მოგაწვდით სრულ ინფორმაციას იმის შესახებ, თუ რატომ არის დიეტა საჭირო; რა არის ნებადართული დიეტის პერიოდში და რა უნდა გააკეთოთ, თუ შემთხვევით მიირთვით აკრძალული საკვები ან სითხე ტესტამდე.

მნიშვნელოვანი შენიშვნა: ამ მასალაში მოცემული ინფორმაცია არის საგანმანათლებლო მიზნებისთვის და არ ცვლის პროფესიულ სამედიცინო რჩევას.

პროფესორი გიორგი ფხაკაძე, საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ინსტიტუტი, საქართველოს პაციენტთა საბჭოს ინიციატივა. "დიეტა სისხლის ანალიზების დროს (დიაგნოსტიკა)". თბილისი: საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ინსტიტუტი; 2024. 4 p. (PHIG-099)



+995 598 43 50 34

Info@accreditation.ge

www.sheniekimi.ge

რატომ არის დიეტა საჭირო?

შედეგების სიზუსტის უზრუნველსაყოფად.

რატომ არის ეს მნიშვნელოვანი? – სისხლის ზოგიერთი ტესტი (როგორიცაა გლუკოზის და ლიპიდური პანელი) მოითხოვს, რომ ორგანიზმში საკვების გადამუშავება არ მიმდინარეობდეს. საკვები და სასმელი შეიცავს ნივთიერებებს, რომლებიც შეიძლება გავლენას ახდენს სისხლის პარამეტრებზე, როგორიცაა შაქრისა და ცხიმების დონე. დიეტა ეხმარება, რომ ტესტის შედეგები იყოს სუფთა და ზუსტი.

როგორ მოქმედებს დიეტა ტესტის შედეგებზე?

დიეტის დროს ორგანიზმში არ ხდება კვების პროდუქტების გავლენა, რაც საშუალებას აძლევს ექიმს, მიიღოს სწორი ინფორმაცია იმაზე, თუ როგორ ფუნქციონირებს თქვენი სხეული საჭმლის გარეშე. მაგალითად, სისხლში შაქრის ან ქოლესტერინის დონე შეიძლება შეიცვალოს მიღებული საკვებისგან, რამაც შეიძლება გამოიწვიოს არასწორი დიაგნოზი ან მკურნალობა.

რა არის ნებადართული დიეტის პერიოდში?

წყლის დალევა ნებადართულია დიეტის დროს. რეკომენდებულია საკმარისი რაოდენობით წყლის დალევა, რათა ორგანიზმი იყოს ჰიდრატირებული და თავიდან აირიდოთ გაუწყლოვანება.

რაზე უნდა ვთქვათ უარი?

დიეტის დროს აუცილებელია უარი თქვათ ყველა საკვებზე და ისეთი სასმელებზე, როგორიცაა ჩაი, ყავა, ნენი, კოფეინი და შაქარი, რომლებიც ხშირად შედის ასეთ სასმელებში და შეიძლება პირდაპირ იმოქმედოს ტესტის შედეგებზე.

წამლები

თუ იღებთ რეგულარულად მედიკამენტებს, წინასწარ აცნობეთ ექიმს ან ლაბორატორიას. ზოგიერთი წამალი შეიძლება გავლენას ახდენდეს ტესტის შედეგებზე, ამიტომ ექიმს შეუძლია მიანიჭოს რეკომენდაციები, რა უნდა მიიღოთ ან შეცვალოთ ტესტამდე.



რა უნდა გააკეთოთ, თუ შემთხვევით დაარღვიეთ დიეტა?

თუ შემთხვევით მიირთვით საკვები ან სასმელი ტესტამდე, უმჯობესია დაუყოვნებლივ აცნობოთ ექიმს ან ლაბორატორიას. ხშირ შემთხვევაში, თქვენი ტესტი გადაიდება ან დაგეგმილი იქნება ახალი დრო, რადგან შედეგები შეიძლება იყოს შეცვლილი.

დასკვნა

სისხლის ანალიზისთვის დიეტა ხშირად აუცილებელია ზოგიერთი ტესტისთვის, რათა ექიმმა მიიღოს ზუსტი ინფორმაცია თქვენი ჯანმრთელობის შესახებ. ყოველთვის მიჰყევით დიეტის ინსტრუქციებს და თუ რაიმე შეცდომა დაუშვით, ნუ დააყოვნებთ ექიმთან კონსულტაციას. დიეტის დაცვა ხელს უწყობს სწორი დიაგნოზის დასმას და თქვენი მკურნალობის სწორად დაგეგმვას.