**ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТА**

**Правила подготовки к проведению теста толерантности к глюкозе**

**- Тест выполняется на фоне обычного питания (не менее 150 г углеводов в день).**

**-Проводится утром натощак после 8-14 часового ночного голодания.**

**-Последний прием пищи должен обязательно содержать 30-50 г углеводов (кусочек хлеба/булки).**

**-Можно пить воду.**

**-Курение запрещено.**

**-Лекарственные средства (поливитамины, препараты железа) следует принимать после окончания теста.**

**-С собой иметь питьевую негазированную воду 250-300 мл, стакан, ложку и кусочек лимона.**

**Этапы выполнения теста**

**1 этап - пациент сдает кровь натощак для определения уровня глюкозы. Далее необходимо дождаться результатов анализа и решения врача о продолжении теста. На данном этапе прем пищи запрещен. Можно пить воду.**

**2 этап - при продолжении теста пациент в течение 5 минут выпивает раствор глюкозы.**

**3 этап - следующие пробы крови для определения уровня глюкозы сдаются через 1 и 2 часа после нагрузки глюкозой.**