

Przygotowanie do badania insuliny po obciążeniu glukozą (OGTT z insuliną)

1. Dieta i aktywność przed badaniem

- **3 dni przed badaniem:** jedz normalnie, bez ograniczeń kalorycznych — minimum 150 g węglowodanów dziennie (czyli np. chleb, ziemniaki, ryż, owoce).
- **Unikaj nadmiernego wysiłku fizycznego** — może to wpływać na wyniki.

2. Na czczo

- **Co najmniej 8–12 godzin przed badaniem** nie wolno jeść ani pić nic poza wodą.
- Rano przed badaniem nie pij kawy, herbaty, nie pal papierosów i nie żuj gumy.

3. Leki

- Skonsultuj z lekarzem, czy możesz przyjąć swoje leki rano — niektóre mogą wpłynąć na wynik.

4. Przebieg badania

1. Pobranie krwi na czczo — oznaczenie glukozy i insuliny.
2. Wypicie roztworu 75 g glukozy (w 250–300 ml wody).
3. Kolejne pobrania krwi — zazwyczaj **120 minutach** (czasem też po 90 lub 180 min), w celu oznaczenia glukozy i insuliny.

5. W trakcie badania

- Siedź spokojnie w poczekalni. Nie jedz, nie pij, nie wychodź na zewnątrz.
- Nie wykonuj wysiłku fizycznego — może zafałszować wynik.

Na badanie można zgłosić się od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00-09.00