

## INSTRUCTIONS POUR LE PATIENT

### TEST DE GLYCÉMIE PC 2 HEURES

Les instructions suivantes sont destinées à nous aider à recueillir le spécimen approprié pour le test que votre clinicien a demandé.

Veillez d'abord lire les instructions attentivement, vous assurer que vous êtes préparé et suivre chaque étape pour garantir une collecte appropriée.

Un test de glycémie PC 2 heures mesure la glycémie exactement deux heures après avoir mangé un repas.

#### Remarques :

Votre clinicien peut avoir demandé un test de glycémie à jeun en plus du test de glycémie PC 2 heures. Si l'on vous demande de jeûner :

- Ne mangez rien pendant au moins huit heures avant le test de glycémie à jeun.
- Ne buvez pas de jus, de thé ou de café. Vous pouvez boire de l'eau.
- Ne fumez pas, ne mâchez pas de gomme à mâcher et ne faites pas d'exercice. Ces activités peuvent stimuler le système digestif et modifier les résultats du test.

Après la collecte du spécimen de glycémie à jeun, vous devez vous préparer au test de glycémie PC 2 heures.

#### Instructions :

1. Préparez et mangez un repas équilibré normal.
2. Commencez à calculer la période de deux heures au moment où vous terminez votre repas. Par exemple : si vous finissez de manger votre repas à 10 h, votre échantillon de sang sera prélevé à midi (12 h).
3. Après votre repas :
  - Vous ne devez rien boire et rien manger jusqu'à ce que l'échantillon de sang ait été prélevé. Vous pouvez boire de l'eau.
  - Ne fumez pas, ne mâchez pas de gomme à mâcher et ne faites pas d'exercice avant que l'échantillon de sang ait été prélevé.
4. Arrivez au laboratoire dix minutes avant le prélèvement de sang.
5. Informez la réception de votre arrivée pour un test de glycémie PC 2 heures.

#### Questions et réponses

##### Qu'est-ce qu'un repas équilibré?

*Un repas équilibré est un repas qui contient une saine variété d'aliments qui vous donnent différents nutriments, notamment des glucides, des protéines, des vitamines et des minéraux, et possiblement des fibres.*

##### Dois-je continuer à prendre mes médicaments?

*Oui, à moins que votre médecin ne vous dise de ne pas le faire.*