

## PRZYGOTOWANIE DO BADAŃ

### EKG

Kilka minut przed planowanym EKG lepiej nie wykonywać żadnego wysiłku, odpocząć i starać się zrelaksować. Dzięki temu zapis EKG będzie miarodajny.

### POMIAR GLUKOZY Z PALCA

Badanie stężenia glukozy na czczo – wszystkie ciężarne powinny wykonać je do 10. tygodnia ciąży.

### DOUSTNY TEST OBCIĄŻENIA GLUKOZĄ (KRZYWA CUKROWA),

pierwszy raz – na czczo, przed doustnym podaniem 75g glukozy;

( należy przybyć do punktu poboru z samego rana)

drugi raz – godzinę po jej podaniu;

trzeci raz – po dwóch godzinach od podania glukozy.

### SPIROMETRIA

Należy powstrzymać się od palenia tytoniu na 24 godziny przed badaniem

Na 30 minut przed badaniem powinno się powstrzymać od wykonywania intensywnego wysiłku fizycznego.

Nie zaleca się także spożywania obfitych posiłków, picia mocnej herbaty, kawy ani coca-coli w ciągu 2 godzin przed badaniem.

Na badanie najlepiej założyć luźne ubranie niekrępujące ruchów klatki piersiowej, a przed samym zdjęciem krawat czy marynarkę.

### POMIAR CIŚNIENIA

Nie należy mierzyć ciśnienia krwi bezpośrednio po dużym posiłku oraz w trakcie silnego wzburzenia emocjonalnego.

Nie pić kawy i palić papierosów co najmniej 30 minut przed pomiarem ciśnienia

### HOLTER EKG/RR

Holter EKG nie wymaga żadnych specjalnych przygotowań. Jedyne wymóg dotyczy zamocowania elektrod należy zadbać, by skóra klatki piersiowej była czysta i nie posmarowana żadnymi olejkami czy balsamami, a u mężczyzn z obfitym owłosieniem klatki piersiowej wskazane jest zgolenie owłosienia przed badaniem