

INSTRUKCJA PRZYGOTOWANIA PACJENTA DO PIERWSZEJ WIZYTY Z POMIAREM

- ☒ Badanie najlepiej przeprowadzić na czczo. W przypadku braku możliwości, zjedz posiłek dwie godziny przed badaniem.
 - ☒ Przed badaniem zjedz lekki posiłek, unikaj ciężkich potraw.
 - ☒ Godzinę przed badaniem nie spożywaj płynów typu (soki, kawa, herbata). Możesz jednak wypić szklankę wody.
 - ☒ Przed dokonaniem pomiaru skorzystaj z toalety.
 - ☒ 24 godziny przed badaniem nie spożywaj alkoholu, nie uprawiaj intensywnego treningu oraz nie korzystaj z sauny.
 - ☒ Przed badaniem nie korzystaj z prysznica lub kąpeli.
 - ☒ Nie przystępuj do badania podczas miesiączki. Może to zaburzyć analizę.
 - ☒ Przed badaniem poinformuj dietetyka o swoim stanie zdrowia (rozrusznik serca, ciąża, infekcje).
 - ☒ Do badania ubierz się lekko, nie ubieraj grubych i długich ubrań. Zdejmij biżuterię, zegarek, pasek, wyciągnij z kieszeni klucze, telefon, itd. Przed badaniem zdejmij buty.
-