

# ΟΔΗΓΙΕΣ ΝΗΣΤΕΙΑΣ ΓΙΑ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

Ο γιατρός σας ζήτησε να κάνετε μια εξέταση για την οποία πρέπει να νηστέψετε πριν τη διαδικασία.

Για να διασφαλιστεί ότι θα παρθούν αξιόπιστα και ακριβή αποτελέσματα από την εξέταση, είναι σημαντικό να ακολουθήσετε προσεκτικά αυτές τις οδηγίες.

- Βεβαιωθείτε να μην φάτε και να μην πιείτε τίποτα (εκτός από νερό) για τουλάχιστον 8-12 ώρες πριν έρθετε για την εξέταση.
- Η κατανάλωση σκέτου νερού είναι αποδεκτή και παροτρύνεται για να διασφαλιστεί καλή ενυδάτωση του οργανισμού. Να μην να πιείτε τσάι, καφέ και αναψυκτικά κατά την περίοδο της νηστείας.
- Το κάπνισμα θα πρέπει να αποφεύγεται.
- Αν νηστέψατε για πάνω από 16 ώρες, ίσως χρειαστεί να αλλάξετε το ραντεβού για την εξέτασή σας επειδή η παρατεταμένη νηστεία μπορεί να επηρεάσει μερικά αποτελέσματα.
- Αν είστε διαβητικοί ή παίρνετε οποιαδήποτε πρωινά φάρμακα, παρακαλείστε να μιλήσετε με το γιατρό σας πριν αρχίσετε τη νηστεία.

