

چرا باید قند خون را اندازه گیری کرد؟

اندازه گیری قند خون یعنی مراقبت از سلامتی.

اگر قند خون شما خیلی بالا یا خیلی پایین باشد، ممکن است به بدن آسیب بزند. با اندازه گیری منظم قند خون می توان:

- ✓ از بالا رفتن بیش از حد قند خون جلوگیری کرد.
- ✓ افت ناگهانی قند خون را به موقع تشخیص داد.
- ✓ جلوگیری و یا کاهش از عوارض بلند مدت مثل آسیب به قلب، کلیه، چشم و اعصاب.

دستگاه تست قند خون (گلوکومتر)



چارت قند خون			
Mg/dl	قند خون ناشتا	بعد از غذا خوردن	۲-۳ ساعت بعد از غذا
طبیعی	۸۰-۱۰۰	۱۷۰-۲۰۰	۱۲۰-۱۴۰
اختلال قند ناشتا	۱۰۱-۱۲۵	۱۹۰-۲۳۰	۱۴۰-۱۶۰
دیابت	+۱۲۶	۲۲۰-۳۰۰	+۲۰۰

ملزومات همراه دستگاه تست قند خون

- ❖ نوار تست قند خون
- ❖ سوزن لنست
- ❖ قلم لنست
- ❖ باتری سکه ای
- ❖ کیف حمل دستگاه
- ❖ دفترچه راهنمای کاربری



چگونه از دستگاه قند خون استفاده کنیم؟

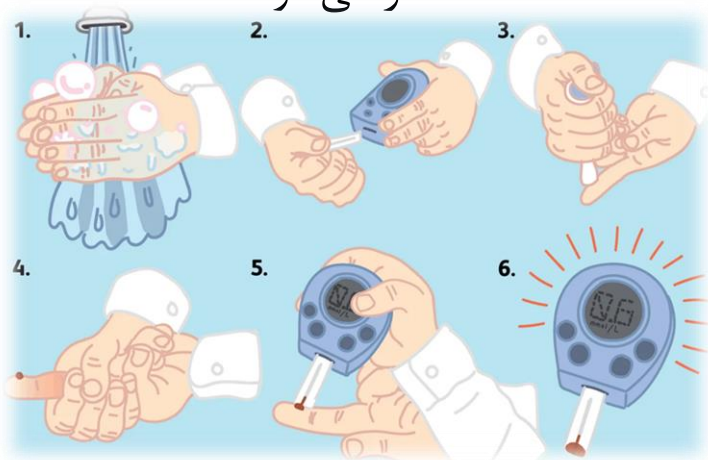
دست‌ها را با آب و صابون بشویید و خشک کنید.

یک نوار تست را داخل دستگاه قرار دهید.

با قلم لنست، نوک انگشت خود را سوراخ کنید.

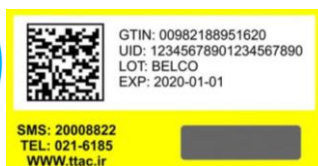
قطره خون را روی نوار تست بگذارید.

پس از چند ثانیه عدد قند خون روی صفحه دستگاه ظاهر می‌شود.



نکات مهم در انتخاب و خرید دستگاه تست قند خون

- * در دسترس بودن نوار تست
- * اطمینان از اصالت دستگاه با بررسی برچسب اصالت و مجوز وزارت بهداشت
- * کاربری راحت
- * دقت دستگاه
- * گارانتی و پشتیبانی فروشنده



رعایت چند نکته مهم

✓ دست‌ها را قبل از تست با آب و صابون بشویید (و کاملاً خشک کنید):

هرگونه آلودگی، چربی، یا مواد شیرین روی پوست می‌تواند نتیجه تست را به‌طور جدی غلط نشان دهد.

✓ نوارهای تاریخ گذشته یا نگهداری شده در شرایط نامناسب باعث کاهش دقت دستگاه می‌شوند.

✓ بعضی دستگاه‌ها نیاز به تنظیم دستی یا تطبیق با کد روی نوارها دارند. اگر دستگاه شما این‌طور است، حتماً هر بار این کار را انجام دهید.

✓ همیشه از سوزن (لنست) جدید استفاده کنید: استفاده مجدد از سوزن هم باعث درد بیشتر می‌شود و هم احتمال آلودگی دارد.

✓ دستگاه‌ها در دمای خیلی سرد یا گرم عملکرد دقیقی ندارند. معمولاً دمای مناسب بین ۲۰ تا ۲۵ درجه سانتی‌گراد است.

گردآورندگان :

مهندس مهدیه ملکی

مهندس زهرا رضانی

کارشناسان تجهیزات پزشکی

مدیریت نظارت و ارزیابی تجهیزات و ملزومات پزشکی دانشگاه علوم پزشکی همدان