# ग्लूकोज टॉलरेंस टेस्ट (OGTT) के लिए मरीजों के लिए निर्देश

**प्रस्तावना:**

टेस्ट शुरू करने से पहले, आपकी उंगली से खून की एक बूंद लेकर (POCT विधि द्वारा) शुगर की जांच की जाएगी ताकि यह देखा जा सके कि आपका शुगर लेवल 126 mg/dl से अधिक तो नहीं है।

- यदि आपका शुगर लेवल 126 mg/dl से कम है, तो आप टेस्ट के लिए पात्र माने जाएंगे और प्रक्रिया शुरू की जाएगी।
- यदि शुगर लेवल 126 mg/dl से अधिक है, तो आपको ग्लूकोज का घोल नहीं दिया जाएगा। केवल पहला ब्लड सैंपल लिया जाएगा और आपको लैब रिपोर्ट आने तक घर भेज दिया जाएगा।
- रिपोर्ट आने के बाद स्वास्थ्य कर्मी आपको सूचित करेंगे कि टेस्ट अगले दिन करना है या आपको सीधे मधुमेह केंद्र (Diabetic Centre) में अपॉइंटमेंट लेना होगा।

**प्रक्रिया (Procedure):**

इस टेस्ट में सामान्य तौर पर 2 घंटे के अंतराल पर दो बार खून के सैंपल लिए जाते हैं।
गर्भवती महिलाओं के लिए: 1-1 घंटे के अंतराल पर कुल तीन बार सैंपल लिए जाते हैं।
पहले सैंपल के बाद, आपको स्वास्थ्य कर्मियों द्वारा दिया गया 75 ग्राम ग्लूकोज का घोल पीना होगा।
इस घोल को 5 मिनट के भीतर पीना अनिवार्य है।
ग्लूकोज पीने से कुछ बेचैनी (जैसे मतली या उल्टी) महसूस हो सकती है।
अगले सैंपल ठीक निर्धारित समय पर ही लिए जाने चाहिए।

**केंद्र से बाहर न जाएं: ग्लूकोज पीने के बाद और अगले सैंपल होने तक, आपको कलेक्शन सेंटर से बाहर जाने की सख्त मनाही है। स्वास्थ्य कर्मियों को आपकी स्थिति की निगरानी करनी होती है।**

**धूम्रपान और खान-पान: टेस्ट के दौरान धूम्रपान (Smoking) करना और कुछ भी खाना-पीना वर्जित है।**