

PROVA DE SOBRECÀRREGA ORAL DE GLUCOSA (PSOG)

PER QUIN MOTIU ES FA LA PROVA?

Aquesta prova serveix per al diagnòstic de la **diabetis**, una alteració de la tolerància als hidrats de carboni (o glúcids).

PROGRAMACIÓ DE LA CITA

El Servei d'anàlisis fa aquesta prova de 7 a 12 h, de dilluns a divendres.

DIA DE LA CITA

Valida la visita als **punts de registre d'arribada** per obtenir el teu codi de torn. Després **ves al taulell del Servei d'anàlisis** (planta 1 Consultes Externes – Sala d'espera L).

PROVA DE SOBRECÀRREGA ORAL DE GLUCOSA (PSOG)

- Els tres dies anteriors a la realització de la prova, cal que segueixis una **dieta hipercalòrica**.
- El dia de la prova **cal estar en dejú** (però pots beure aigua).
- La prova dura aproximadament 3 hores.
- Et faran **tres extraccions de sang** en total.
- Faran una primera extracció i et donaran una beguda ensucrada amb 75 grams de glucosa, que hauràs de beure en un màxim de 5 minuts. Després podràs beure una mica d'aigua.
- Després et faran dues extraccions en intervals d'1 hora (60 minuts i 120 minuts després de la primera extracció). T'avisaran cada cop que calgui fer una extracció.
- Durant tota la prova hauràs d'estar en repòs (assegada).

- Si en algun moment et trobes malament, avisa el personal d'infermeria.
- Et recomanem que portis alguna distracció perquè el temps de la prova se't faci més amè.
- És recomanable que vinguis acompanyada (màxim una persona per raons d'espai).

EXEMPLE DE DIETA HIPERCALÒRICA

Esmorzar	A mig matí	Dinar	Berenar	Sopar	Abans d'anar a dormir
<ul style="list-style-type: none"> • 200 ml de llet (1 tassa) amb sucre. • Torrades amb melmelada o cereals amb sucre o ensaïmada. 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 peça gran de fruita o 2 iogurts amb sucre. 	<ul style="list-style-type: none"> • Amanida o plat de verdura. • Plat de llegums o arròs o patates o pasta. • Carn o peix. • 50 g de pa • 1 peça gran de fruita. 	<ul style="list-style-type: none"> • 200 ml de llet (1 tassa) amb sucre. • 1 croissant o ensaïmada. 	<ul style="list-style-type: none"> • Amanida o plat de verdura. • Plat de patates o llegums. • Peix o 2 ous. • 50 g de pa. • 1 peça gran de fruita. 	<ul style="list-style-type: none"> • 200 ml de llet (1 tassa) o 1 iogurt o 1 plàtan.

La manera de cuinar els aliments no té importància. Pots beure aigua amb gas o sense, segons el que acostumis a fer.

PRUEBA DE SOBRECARGA ORAL DE GLUCOSA (PSOG)

¿POR QUÉ MOTIVO SE REALIZA LA PRUEBA?

Esta prueba sirve para diagnosticar la **diabetes**, una alteración de la tolerancia a los hidratos de carbono (o glúcidos).

PROGRAMACIÓN DE LA CITA

El Servicio de análisis realiza esta prueba de 7 a 12 h, de lunes a viernes.

DÍA DE LA CITA

Valida la visita en los **puntos de registro de llegada** para obtener tu código de turno. Después **ve al mostrador del Servicio de análisis** (planta 1, Consultas externas, sala de espera L).

PRUEBA DE SOBRECARGA ORAL DE GLUCOSA (PSOG)

- Los tres días anteriores a la realización de la prueba, tienes que seguir una **dieta hipercalórica**.
- El día de la prueba **debes estar en ayunas** (pero puedes beber agua).
- La prueba dura aproximadamente 3 horas.
- Te harán **tres extracciones de sangre** en total.
- Harán una primera extracción y te darán una bebida azucarada con 75 gramos de glucosa, que deberás beberte en un máximo de 5 minutos. Después podrás beber un poco de agua.
- A continuación te harán dos extracciones en intervalos de 1 hora (60 minutos y 120 minutos después de la primera extracción). Te avisarán cada vez que haya que hacer una extracción.
- Durante toda la prueba deberás estar en reposo (sentada).

- Si en algún momento te encuentras mal, avisa al personal de enfermería.
- Te recomendamos que lleves alguna distracción para que el tiempo de la prueba se te haga más ameno.
- E-s recomendable que vayas acompañada (máximo de una persona por razones de espacio).

EJEMPLO DE DIETA HIPERCALÓRICA

Desayuno	A media mañana	Comida	Merienda	Cena	Antes de ir a dormir
<ul style="list-style-type: none"> • 200 ml de leche (1 taza) con azúcar. • Tostadas con mermelada o cereales con azúcar o ensaimada. 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 pieza grande de fruta o 2 yogures con azúcar. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ensalada o plato de verdura. • Plato de legumbres o arroz o patatas o pasta. • Carne o pescado. • 50 g de pan. • 1 pieza grande de fruta. 	<ul style="list-style-type: none"> • 200 ml de leche (1 taza) con azúcar. • 1 cruasán o ensaimada. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ensalada o plato de verdura. • Plato de patatas o legumbres • Pescado o 2 huevos. • 50 g de pan. • 1 pieza grande de fruta. 	<ul style="list-style-type: none"> • 200 ml de leche (1 taza) o 1 yogur o 1 plátano.

La forma de cocinar los alimentos no tiene importancia. Puedes beber agua con o sin gas, según lo que sueles hacer.