**برای چه آزمایش هایی باید ناشتا باشیم و برای کدامیک، نه؟**

١.شمارش سلولهاى خون (CBC): نیاز به ناشتایى ندارد.

**٢. قندخون: حدودا ٢ ساعت پس از آخرین وعده غذایى، قند سرم به حد قندخون ناشتا کاهش می یابد، با این وجود باید حتما از ٨ ساعت قبل ناشتا باشید و هیچ چیز جزآب نباید بخورید! حتى چاى!**

**٣. چربی خون: باید ١۴ ساعت قبل آن ناشتا باشید، آخرین وعده غذایی تان نیز باید سبک باشد**!

اما رژیم غذایى خود را در چند روز اخیرتغییر ندهید تا پزشک بتواند درمورد الگوى غذاییتان تصمیم بگیرد.

۴. سدیم، پتاسیم، کلسیم، فسفر: رعایت حدودا ۴ ساعت ناشتایی توصیه می شود، اما اجبارى نیست.

۵.تست های کلیه (BUN /Cr) : نیاز به ناشتایى ندارد.

**۶. اسید اوریک: ۴ ساعت ناشتایى توصیه می شود، از خوردن گوشت زیاد قبل آزمایش خوددارى کنید**.

٧. تست های کبدی (AST/ALT) : نیاز به ناشتایى ندارد.

**٨. آلکالن فسفاتاز: باید حداقل ۴ ساعت ناشتا باشید.**

٩. بررسی آهن خون: از ٢ روز قبل، ازمصرف ویتامین ب١٢ ومکمل هاى آهن خوددارى کنید، حدودا ۴ ساعت ناشتایى توصیه می شود، اما اجبارى نیست.

١٠. تست هاى تیروئید: نیاز به ناشتایى ندارد.

١١. ESR/CRP: نیاز به ناشتایى ندارد، اما مصرف داروهاى ضدالتهاب NSAID و استامینوفن نتیجه راتحت تاثیرقرار می دهد.

١٢. PT/PTT/INR : نیاز به ناشتایى ندارد.

١٣. هموگلوبین A1c : ناشتایى نمی خواهد.

14. تست های کبدی نیاز به ناشتایی ندارند.