

吃了饭可以量血糖什么时候测比较好__什么时间测量血糖最佳-股识吧

一、测量空腹血糖最准确的时间是什么时候呢？

空腹在8-10小时不吃东西，凌晨3点，要达到这样点上，5时之前要吃完饭了

二、餐后测血糖的最佳时间 餐前血糖什么时间测

医院少有测餐前血糖，测餐前血糖的时间也没有严格的定义！而都是测空腹血糖！测空腹血糖最好在清晨6：00～8：00取血，采血前不用降糖药、不吃早餐、不运动。

如果空腹抽血的时间太晚，所测的血糖值很难真实反映患者的治疗效果，其结果可能偏高或偏低。

医学上的空腹是指禁食8小时以上。

要求化验前一天晚8点后不再进食任何食物，直到第二天早上5：00-8：00之间的时间段为空腹时段，也就是早晨8点前应到医院采血。

因影响血糖的因素比较多，特别是饮食，正常人进食晚餐后血糖会显著增高，餐后2小时可恢复到正常范围。

夜间依靠内生胰岛素维持血糖在正常水平。

糖尿病患者因胰岛素绝对或相对缺乏，晚餐后血糖升高的过程可维持6-8小时，此后逐渐恢复到原来空腹的水平。

当空腹时间超过8小时后，血糖大多开始下降，无法真实反映实际的空腹血糖水平。

也有极少数人在空腹时间超过8小时后血糖轻微上升，这是因为影响血糖的因素除了饮食，还有情绪、运动等。

因此，只有按照时间要求检测空腹血糖，才能得到准确的数据。

如何做到检测结果的准确性，需要注意以下几点：1、测空腹血糖的前一天不要过分节食甚至不吃晚餐，虽然空腹时间超过12小时可能使测定的血糖值低一些，但不能反映真实的空腹血糖水平。

2、禁食时间内尽量不要大量喝水，如口渴可少量饮用白开水，但不可多饮。

喝水过多可使血液稀释而干扰血糖的检测结果。

3、糖尿病患者检查空腹血糖前晚降糖药须照常服用，检查当日须在抽血后服药。

4、测空腹血糖前要保证充足的睡眠，避免情绪激动、过于剧烈的活动等，这些因素都可能导致血糖升高。

- 5、当糖尿病患者空腹血糖升高时，需鉴别以下情况，并采取不同处理措施：血糖未控制好，整个夜间均处于高血糖状态；
半夜产生低血糖致血糖反跳引起空腹血糖升高(称苏木杰效应)：在血糖控制良好的基础上，凌晨4-5点钟由于生长激素分泌增多导致血糖上升(称黎明现象)。
- 6、若测定空腹血糖有困难，可选择糖化血红蛋白检测，因糖化血红蛋白不受时间、进食、活动和情绪等因素影响，可避免饥饿影响糖尿病筛查和检测结果，并能反映近3个月血糖平均水平。
- 空腹血糖是衡量胰岛功能的重要指标，是诊断糖尿病的标准之一。
空腹血糖还可反映糖尿病患者前晚所用药物对整个夜间乃至清晨血糖的控制情况。
总之，无论体检时，还是糖尿病患者的日常复诊，都应做到禁食8小时后的早8点前进行血糖测定，以此得到准确的空腹血糖数据。

三、饭后2小时血糖怎样测

测餐后2小时血糖，血糖试纸测血糖。

将手指、耳垂或足趾用针刺破后，将血糖试纸附于血上，观察其颜色变化，然后与标准颜色相比，找出与其相近的颜色，即可得出血糖数值。

此法简便易行，但测得的血糖值不够准确。

糖尿病患者测血糖不能在检查时，故意不吃药、不吃饭，这样不能真正反映出平时的血糖控制情况，也就不能正确的调整糖尿病治疗方案，对糖尿病治疗不利。

四、

五、什么时间测量血糖最佳

空腹血糖：是指在隔夜空腹(空腹至少8——10小时未进任何事物，饮水除外)后，早餐前采血所测定的血糖值，一般代表基础胰岛素的分泌功能。

当血糖水平很高时，空腹血糖水平是首先要关注的。

餐前血糖：早、中、晚三餐前空腹时所测定的血糖。

有低血糖风险者(老年人、血糖控制较好者)应测定餐前血糖。

餐后血糖：早、中、晚三餐后所测定的血糖，由第一口进食开始计时。服用降糖药物或注射胰岛素的病人，要和平时一样服降糖药或注射胰岛素。以监测餐后2小时血糖最有价值，可以反映胰岛B细胞的储备功能，并观察进食及降糖药是否合适。

餐后2小时血糖监测适用于空腹血糖已获良好控制，但仍不能达到治疗目标者

夜间1：00——2：00血糖：用以监测和鉴别夜间低血糖。

使用于胰岛素治疗已接近治疗目标而空腹血糖仍高者。

睡前血糖监测适用于注射胰岛素的患者，特别是注射中长效胰岛素的患者。

随机血糖：一天内任何时候所测血糖，尤其在加餐、运动、低血糖等情况下，可更好地反映血糖的波动性。

六、测量空腹血糖最准确的时间是什么时候呢？

空腹在8-10小时不吃东西，凌晨3点，要达到这样点上，5时之前要吃完饭了

七、餐后血糖什么时间测？

我妈妈以前老是吃完饭就测，后来再 健悦坊 糖尿病第三生活空间医生的指导下，才知道应该从吃第一口饭开始计时，整2个小时后测血糖。

参考文档

[下载：吃了饭可以量血糖什么时候测比较好.pdf](#)

[《怎么看股票600380》](#)

[《为什么要长期持有成长型股票》](#)

[《股票强势反转的特征是什么》](#)

[《科技股调整到位了吗》](#)

[《股票跌停明天还会继续跌吗》](#)

[下载：吃了饭可以量血糖什么时候测比较好.doc](#)

[更多关于《吃了饭可以量血糖什么时候测比较好》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/article/69436333.html>