

Paastokoe (paaston sietoa ja sokeriaineenvaihduntaa selvittävä tutkimus)

Lapsellenne on varattu aika paastokokeeseen. Kokeella selvitetään, miten energia-aineenvaihdunta toimii paaston aikana. Tutkimuksessa lapsi on syömättä yhteensä 24 tuntia, jonka aikana häneltä otetaan sairaalassa veri- ja virtsanäytteitä. Verinäytteiden ottoa varten lapselle laitetaan toiseen käteen muovinen näytteenottokanyyli.

Paasto alkaa jo edeltävänä iltana kotona ja sitä jatketaan sairaalassa vointia ja verensokeria seuraten korkeintaan yhteensä 24 tunnin ajan. Tutkimuksen aikana lapsi saa juoda ainoastaan vettä. Tutkimuksen loputtua lapsi saa osastolta ruuan ennen kotiutumistaan. Varautukaa siihen, että pääsette kotiin illalla vasta kello 21 aikoihin.

Tutkimukseen valmistautuminen

- Lapsen tulee olla **syömättä tutkimusta edeltävästä illasta kello 19 lähtien**, vettä saa juoda. Paastoa jatketaan sairaalassa vointia seuraten.
- Kanyylinlaitto tuntuu nipistyksenä, tätä varten pistoskohdan iho voidaan puuduttaa etukäteen EMLA-puudutelaastarilla, jonka voitte laittaa jo kotona noin tuntia ennen tutkimukseen tuloa, toinen kämmenselän päälle ja toinen kyynärtaipeeseen. (Alle yksi vuotiaille ei suositella laitettavaksi EMLA-puudutelaastaria). EMLA-puudutelaastareita saa ostaa apteekista ilman reseptiä.
- Jos lapsi on sairastunut tutkimusta edeltävästi (kuume tai kova flunssa), ottakaa yhteyttä osastolle, niin varaamme uuden tutkimusajan

Ennen tutkimusta lapsella on hyvä olla suhteellisen säännölliset ja tiheät ruoka-ajat. Tavallinen ruoka sisältää sokeristuvia ravintoaineita eli hiilihydraatteja, jotka muuttuvat elimistössä verensokeriksi. Suositeltavassa ruokavaliossa on runsaasti hiilihydraattia ja kuitua ja kohtuullisesti rasvaa ja proteiinia.

- Ravintokuitua on runsaimmin täysjyväviljassa, kasviksissa, marjoissa ja hedelmissä.
- Hiilihydraatteja on leivän, puuron, makaronin, riisin, jauhojen ja ryynien sekä perunan tärkkelyksessä, marjojen ja hedelmien erilaisissa sokereissa, maidon ja piimän maitosokerissa (laktoosi) ja hedelmäsokerissa sekä tavallisessa sokerissa.

Jos lapsellanne on käytössä maissitärkkelys iltaisin, jättäkää se antamatta tutkimusta edeltävänä iltana.

Mikäli lapsellanne on erityisruokavalio, on siitä hyvä ilmoittaa jo ennen tutkimukseen tuloa. Ottakaa yhteyttä myös, mikäli haluatte lisätietoja tutkimuksesta.

Lasten ja nuorten päiväsairaala MM2, puhelin 02 3131412