

# 空腹血糖什么时候量比较准 - 早晨测空腹血糖几点测最好-股识吧

## 一、空腹血糖什么时间查准

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。

## 二、空腹血糖什么时候测？

晚睡就会更饿，晚了又不敢吃东西，肝释放出存储的糖，血糖上升，第二天空腹血糖偏高。

是不是这样呢？望知道的朋友赐教

## 三、早上空腹什么时间查血糖准

空腹血糖：指隔夜空腹8小时以上、早餐前采血测定的血糖值。

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。

## 四、早晨测空腹血糖几点测最好

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。

## 五、空腹测血糖的最佳时间是什么时间

测血糖需要测空腹的和饭后的。

空腹指的就是在晚间充分睡眠后，早晨起床不吃食物时检测血糖。

饭后是指，吃过食物后两小时检测血糖。

一般医生会建议上午完成两项测试，即空腹测一次，然后去吃早饭，两小时后再测

一次。

## 参考文档

[下载：空腹血糖什么时候量比较准.pdf](#)

[《st股票最长停牌多久》](#)

[《股票型基金需要多久》](#)

[《一般股票持有多久才能赚钱》](#)

[《一只刚买的股票多久能卖》](#)

[《股票转让后多久有消息》](#)

[下载：空腹血糖什么时候量比较准.doc](#)

[更多关于《空腹血糖什么时候量比较准》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/chapter/51571313.html>