



## Giáo Dục Bệnh Nhân

Y Viện Hộ Sinh và Chăm Sóc Hải Nhi



# Thử Nghiệm 3 Giờ Đồng Hồ Về Mức Dung Nạp Đường

Một số phụ nữ bị bệnh tiểu đường thai nghén khi họ đang mang thai. Cuộc thử nghiệm 3 giờ đồng hồ về mức dung nạp đường là một cuộc thử nghiệm theo dõi được thực hiện sau lần thử nghiệm về bệnh tiểu đường có kết quả lượng đường bất bình thường. Giấy này miêu tả cuộc thử nghiệm 3 giờ đồng hồ về mức dung nạp đường.

Nếu kết quả việc khám lượng đường của quý vị cao hơn mức giới hạn bình thường (cao hơn 140), thì quý vị có thể sẽ cần được thử nghiệm 3 giờ đồng hồ về mức dung nạp đường (GTT) để xem quý vị có bị tiểu đường không. Nên sắp xếp để có mặt ở buổi hẹn của quý vị khoảng 4 giờ đồng hồ cho buổi thử nghiệm này.

### Cuộc Thử Nghiệm Gồm Có Những Gì

GTT sẽ được thử vào buổi sáng (lúc 8 giờ, 8:30, hoặc 9 giờ sáng), trước khi bạn ăn sáng. Cuộc thử nghiệm này sẽ rút ra một ít máu trong cơ thể bạn để tìm xem lượng đường huyết của bạn sau khi kiêng ăn sẽ như thế nào, trước khi thử nghiệm bạn sẽ được uống một chai nước ngọt nhỏ. Sau khi bạn đã uống hết chai nước này, chuyên viên thử máu sẽ lấy máu của bạn 3 lần, mỗi lần cách nhau 1 tiếng.

### Cách Chuẩn Bị Cho Buổi Thử Nghiệm của Quý Vị

- Trong thời gian từ 2 đến 3 ngày trước ngày hẹn GTT bạn nên ăn uống bình thường.
- **Trước ngày hẹn đừng ăn bất cứ thứ gì hoặc nhai kẹo (chew gum) từ lúc nửa đêm.** Buổi hẹn thử máu sẽ rất lâu trước khi bạn có thể được ăn trở lại, do đó vào buổi tối trước ngày hẹn, bạn nhớ ăn bữa tối thật no và ăn vặt thêm trước lúc phải kiêng ăn vào nửa đêm.
- Sau nửa đêm, bạn chỉ được uống nước lọc, nhưng không được uống trà, cà phê, hay bất cứ thức uống nào khác.
- Không được ăn bất cứ thứ gì cho đến khi bạn đã lấy xong máu để thử lượng đường huyết lần cuối.
- Bạn có thể ăn ngay sau khi thử máu đã xong. Nên đem theo bánh mì hoặc thức ăn vặt bổ dưỡng với bạn để bạn có thể ăn ngay sau khi đã lấy máu xong máu lần cuối.
- Nên đến sớm ít nhất là 10 phút trước buổi hẹn. Đi thẳng đến phòng lab để lấy máu. Phòng lab ở trên lầu 3 (lầu chính) của trung tâm y tế. Phòng lab sẽ có sẵn giấy tờ hồ sơ của bạn.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON  
MEDICAL CENTER

## Quý vị có thắc mắc không?

Các câu hỏi của quý vị đều quan trọng. Hãy gọi cho bác sĩ hoặc người cung cấp chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu quý vị có thắc mắc hoặc quan tâm. Nhân viên của phòng khám bệnh UWMC luôn sẵn sàng để trợ giúp bạn.

Y Viện Hộ Sinh và Chăm Sóc Hải Nhi:  
206-598-4070

---

---

---

---

## Khi Bạn Đến Buổi Hẹn Thử Máu

- Lượng đường trong máu của quý vị sẽ được xem xét để đảm bảo xem việc tiếp tục thử nghiệm có an toàn hay không.
  - Nếu lượng đường huyết của bạn quá cao, thử máu có thể bị ngưng.
  - Nếu lượng đường trong máu của quý vị ở trong một khoảng nhất định nào đó, thì buổi thử nghiệm sẽ tiếp tục.
- Người ta sẽ yêu cầu quý vị uống 10 “ounce” nước ngọt có hơi ga (gấp đôi số lượng quý vị đã uống cho lần thử lượng đường “glucola”).
- Máu của quý vị sẽ được rút ra và thử nghiệm 1 giờ sau đó.
- Rồi thêm hai lần nữa trong 2 giờ đồng hồ kế tiếp, tổng cộng là 3 lần thử máu trong 4 giờ đồng hồ.

## Sau Buổi Thử Nghiệm Của Quý Vị

Sau buổi thử nghiệm của quý vị, quý vị có thể sẽ cảm thấy mệt, buồn nôn, hoặc chỉ đói bụng mà thôi. Bây giờ bạn có thể ăn bánh mì hoặc thức ăn vặt mà bạn đã mang theo.

## Kết Quả Thử Nghiệm

Bạn có thể được biết kết quả vào cùng ngày bạn đi thử máu. Nếu kết quả thử máu không bình thường, chúng tôi sẽ làm hẹn cho bạn để trở lại clinic.

Tại buổi hẹn ở clinic, chúng tôi sẽ cho bạn biết về kết quả thử máu của bạn. Khi đó, chúng ta sẽ cùng nhau đặt ra một kế hoạch chăm sóc sức khỏe để giữ cho bạn và con của bạn được khỏe mạnh trong thời gian bạn mang thai.

**UW Medicine**

UNIVERSITY OF WASHINGTON  
MEDICAL CENTER

Maternal and Infant Care Clinic  
Box 356159

1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195  
206-598-4070

© University of Washington Medical Center  
3-Hour Glucose Tolerance Test  
Vietnamese

Published: 06/2006, 02/2012  
Clinician Review: 02/2012

Reprints on Health Online: <http://healthonline.washington.edu>



# 3-Hour Glucose Tolerance Test

Some women develop gestational diabetes when they are pregnant. The 3-hour glucose tolerance test is a follow-up test that is done after an abnormal glucola screening test for diabetes. This handout describes the 3-hour glucose tolerance test.

If your glucola screening results are higher than the normal limits (greater than 140), you may need a 3-hour *glucose tolerance test* (GTT) to find out if you have diabetes. Plan to be at your appointment for about 4 hours for this test.

## What the Test Involves

The GTT is done first thing in the morning (at 8, 8:30, or 9 a.m.), before you have eaten. It involves having your blood drawn for a fasting blood sugar, then drinking a sugar-sweetened drink. After you drink this, you will have 3 more blood tests, 1 hour apart.

## How to Prepare for Your Test

- Please eat normally during the 2 to 3 days before your GTT.
- **Do not eat anything or chew gum after midnight the night before your test.** It will be a long time before your next meal, so be sure and have a good snack just before you stop eating for the night.
- After midnight, you may drink plain water, but no tea, coffee, or other beverages.
- Do not eat again until after your last blood sugar test.
- You may eat right after the test is over. Pack a sandwich or healthy snack and bring it with you to eat after the last blood test.
- Plan to arrive at least 10 minutes before your appointment. Go directly to the lab to have your blood drawn. The lab is on the 3rd floor (main floor) of the medical center. The lab will already have your paperwork.

## Questions?

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns. UWMC clinic staff are also available to help.

Maternal and Infant  
Care Clinic:  
206-598-4070

---

---

---

---

## When You Arrive for Your Test

- Your blood sugar will be checked to make sure it is safe to continue with the test.
  - If your blood sugar is too high, the test may be stopped.
  - If your blood sugar is within a certain range, the test will continue.
- You will be asked to drink 10 ounces of a carbonated sugar drink (twice the amount you drank for the glucola test).
- Your blood will be drawn and tested 1 hour later.
- Over the next 2 hours, it will be drawn and tested 2 more times, for a total of 4 blood tests in 3 hours.

## After Your Test

After your test, you may feel sluggish, nauseated, or just plain hungry. Now you can eat the sandwich or snack you brought with you.

## Your Test Results

Your test results might be ready on the same day that you take the test. If your results are abnormal, we will make an appointment for a clinic visit with you.

At the clinic visit, we will talk with you about your results. Together, we will create a care plan to keep you and your baby healthy during your pregnancy.

**UW Medicine**

UNIVERSITY OF WASHINGTON  
MEDICAL CENTER

**Maternal and Infant Care Clinic**

Box 356159  
1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195  
206-598-4070