



## LAKTOOSI ehk PIIMASUHKRU TALUVUSE PROOVI VÕTMISE JUHISED PATSIENDILE

Laktoosi taluvuse proovi abil hinnatakse organismi võimet omastada laktoosi ehk piimasuhkrut. Testi käigus mõõdetakse glükoosi tase paastuveres ja selle muutusi ajas pärast kindla koguse laktoosilahuse manustamist. Tulemusi kasutatakse piima ja piimatoodete talumatuse diagnoosimisel. Laktoosi intolerantsus on piimasuhkru imendumishäire, mitte piimaallergia.

Laktoosi taluvuse proovi vajalikkuse otsustab Teie raviarst.

Saatekirja uuringuks annab Teile uuringu määranud arst või õde.

### Valmistumine laktoosi taluvuse prooviks:

- kolm päeva enne uuringut järgige tavalist elustiili, tarbige süsivesikuid vähemalt 150 g päevas;
- ärge sööge 8–14 tundi enne uuringut;
- proovi võtmise hommikul ärge suitsetage;
- ravimite tarbimisel konsulteerige eelnevalt raviarstiga (antibiootikumide tarvitamisest peab olema möödunud vähemalt 2 nädalat).

Varuge piisavalt aega, kuna laktoosi taluvuse proov kestab **üks tund**.

### Laktoosi taluvuse proovi läbiviimine:

- tulge hommikul alates kl 8.00 koos saatekirjaga Põhja-Eesti Regionaalhaigla Mustamäe korpuse (J. Sütiste tee 19) polikliiniku **registratuur 9 klienditeenindaja juurde**;
- Teid suunatakse vereandmise kabinetti;
- testimise käigus võetakse Teilt **neli korda** veeniverd;
- esimene vereproov võetakse uuringule saabumisel, pärast seda tuleb Teil 5 minuti jooksul ära juua apteegist kaasa ostetud laktoosilahus;
- seejärel peate istuma ooteruumis ning sel ajal on **keelatud süüa, juua, suitsetada ja aktiivselt liikuda**;
- teine vereproov võetakse täpselt 20 minuti möödumisel laktoosilahuse joomisest;
- kolmas vereproov võetakse 40 min möödumisel laktoosilahuse joomisest;
- neljas vereproov võetakse 60 min möödumisel laktoosilahuse joomisest;
- proovi tulemused saate teada raviarstilt kokku lepitud ajal.

Lisainformatsiooni labori asukoha ja lahtioleku kellaegade kohta saate Regionaalhaigla kodulehelt [www.regionaalhaigla.ee](http://www.regionaalhaigla.ee), infotelefon 617 1300.

Koostanud: SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla  
[www.regionaalhaigla.ee](http://www.regionaalhaigla.ee)

J. Sütiste tee 19  
13419 Tallinn