

Thông Tin Chụp PET/CT Dành Cho Bệnh Nhân

Những điều cần biết:

- Một buổi chụp PET/CT mất khoảng 1,5 - 2 giờ.
- Vui lòng mặc quần áo ấm, thoải mái, không có khóa kéo hoặc nút kim loại.
- **Không tập các bài thể dục không liên quan 24 giờ trước buổi chụp.**
- Bác sĩ chỉ định thường sẽ nhận được kết quả chụp PET/CT trong vòng 24 – 48 giờ.
- Nếu quý vị đang **cho con bú hoặc mang thai**, vui lòng báo với bác sĩ và liên hệ với khoa PET/CT trước buổi chụp (971)-708-7600

Ngày trước khi chụp PET/CT:

- **Hãy ăn nhiều protein, dưới 5 gam carbohydrate, và không ăn thức ăn có đường.** Xem các thực phẩm được phép/cần tránh bên dưới.
- *Bữa ăn cuối cùng của quý vị không được trễ hơn 8 giờ tối.*
- *Vui lòng không uống bất kỳ đồ uống nào có caffeine (cà phê, trà, nước uống tăng lực, v.v.)*

Ngày chụp PET/CT:

- Quý vị phải nhịn ăn 6 giờ trước khi chụp, nếu quý vị ăn gì đó trước khoảng thời gian nhịn ăn 6 giờ này thì phải ăn ít carbohydrate và nhiều protein (xem các thực phẩm được phép/cần tránh bên dưới).
- Quý vị có thể uống nước lọc trong suốt cả ngày. **TUYỆT ĐỐI KHÔNG UỐNG CÀ PHÊ, CÀ PHÊ DECAF, SODA, SODA ĂN KIỀM, NƯỚC ÉP, TRÀ, V.V. TRƯỚC BUỔI CHỤP.**
- **Không tập thể dục!** Vui lòng không chạy xe đạp hoặc chạy bộ đến buổi chụp.
- **KHÔNG ăn kẹo cao su vào ngày chụp. KHÔNG ĂN KẸO CAO SU KHÔNG ĐƯỜNG, TIC-TACS VÀ KẸO BẠC HẠ.**
- Quý vị có thể uống thuốc hàng ngày với nước.

Bệnh nhân tiểu đường:

- 4 giờ trước buổi chụp, quý vị có thể ăn sáng nhẹ, ít carbohydrate và nhiều protein. (Xem danh sách những thực phẩm ĐƯỢC PHÉP/CẦN TRÁNH).
- Quý vị có thể uống nước lọc trong suốt cả ngày. **TUYỆT ĐỐI KHÔNG UỐNG CÀ PHÊ, CÀ PHÊ DECAF, SODA, SODA ĂN KIỀM, NƯỚC ÉP, TRÀ, V.V. TRƯỚC BUỔI CHỤP.**
- Vui lòng uống thuốc kê đơn hàng ngày nhưng không uống thuốc tiểu đường. Thuốc điều trị tiểu đường có chứa insulin hoặc metformin sẽ phản ứng với chụp PET/CT.

Ví dụ về các loại thực phẩm ĐƯỢC PHÉP:

PROTEIN VÀ RAU CỦ

- Cá, hải sản, tất cả các loại thịt và gia cầm (KHÔNG tẩm bột chiên)
- Trứng, phô mai hoặc phô mai tươi, đậu hũ, các loại hạt không đường
- Dầu, bơ và hầu hết các loại nước sốt trộn salad (kiểm tra nhãn để biết chúng có chứa dưới 5 gam carbohydrate không, ví dụ: Italian, oil and vinegar)
- Rau không chứa tinh bột (tất cả các loại rau ngoại trừ các loại rau chứa tinh bột được liệt kê dưới đây)

Ví dụ về các loại thực phẩm CẦN TRÁNH:

ĐƯỜNG VÀ CARBOHYDRAT:

- Trái cây, trái cây sấy khô, mứt và thạch, món tráng miệng các loại
- Bánh mì các loại, bánh Tortilla, gạo, đậu, mì ống, bột làm bánh pizza, bất cứ món nào có tẩm bột
- Nước ngọt có ga (thông thường và ăn kiêng), cà phê, trà, nước uống tăng lực, rượu, nước ép
- Mật ong, đường, sữa, sữa chua, ngũ cốc, yến mạch, khoai tây chiên, bánh quy giòn, bắp rang
- Rau củ có tinh bột: bắp, đậu, khoai tây và bí mùa đông
- **Thuốc ho dạng siro và nhỏ giọt** có thể chứa đường, có thể ảnh hưởng đến quá trình chụp của quý vị. Vui lòng thông báo cho chúng tôi nếu quý vị đang sử dụng thuốc giảm ho.

***Vui lòng không ăn kẹo cao su hoặc bạc hà vào ngày chụp**

► *Bất kỳ câu hỏi nào về thuốc và đơn thuốc cần được thảo luận với phòng khám của bác sĩ chỉ định*

Ví dụ về bữa ăn giàu protein, ít carbohydrate

*****Uống nhiều nước trong ngày! Không uống nước có hương liệu hoặc có ga và hương liệu*****

Ví dụ bữa ăn A

Bữa sáng: Trứng bác, thịt xông khói và cà chua
Bữa trưa: Salad gà nướng (nước sốt dưới 5 gam carbohydrate).
Bữa tối: Cá hồi với rau củ hấp
Bữa ăn nhẹ: Trứng luộc chín, dưa chuột

Ví dụ bữa ăn B

Bữa sáng: Thịt bò bít tết và trứng
Bữa trưa: Cobb salad (nước sốt dưới 5 gam carbohydrate).
Bữa tối: Gà nướng và măng tây hấp
Bữa ăn nhẹ: Phô mai tươi, salad nhẹ

Ví dụ bữa ăn C

Bữa sáng: Rau trộn phô mai

Bữa trưa: Burger không có bánh mì và một món salad ăn kèm

Bữa tối: Salad thái nhỏ với cá (nước sốt dưới 5 gam carbohydrate).

Bữa ăn nhẹ: Phô mai, cà chua bi, ớt chuông

Người bị tiểu đường

Trước khoảng thời gian nhịn ăn 4 giờ, hãy ăn một trái trứng, phô mai tươi hoặc một miếng thịt.

Nhớ ăn ít thôi nhé!