



Zuckerbelastungstest
(Oraler Glucosetoleranztest nach
WHO-Richtlinie)

Liebe Patientin, lieber Patient,

Kohlenhydrate dienen den Körperzellen als Energie. Traubenzucker ist einer dieser Kohlenhydrate, die vom Darm ins Blut gelangen. Mit Hilfe des Hormons Insulin wird der Traubenzucker in die Körperzellen eingeschleust. So wird ein zu starker Anstieg des Blutzuckers verhindert. Der

Zuckerbelastungstest zeigt, ob dieser Mechanismus richtig funktioniert oder ob bei Ihnen eine Zuckerverwertungsstörung bzw. ein Diabetes mellitus vorliegt.

Damit dieser Test ein aussagekräftiges Ergebnis liefert, gilt es im Vorfeld einige Dinge zu beachten.

- Nehmen Sie in den letzten 3 Tagen vor dem Test bitte eine ausgewogene kohlenhydratreiche Ernährung mit 150 – 200 g Kohlenhydraten pro Tag zu sich. Das sind z.B. 250 - 300 g Brot/Brötchen und 260 - 300 g Kartoffeln oder 180-200 g gekochte Nudeln/Reis und 1 Port./ca. 100 g Obst und 200 ml Milch/Joghurt.
- Am Morgen vor dem Test nehmen Sie bitte keine Schilddrüsenmedikamente, Cortison oder anderen Hormone, keine Diuretika vom Thiazidtyp oder Salicylate ein. Sprechen Sie eine notwendige Einnahme dieser Medikamente bei der Terminvereinbarung mit uns ab.
- 10 -16 Stunden vor Testbeginn nehmen Sie bitte keine Nahrung, keinen Kaffee und keinen Alkohol mehr zu sich, rauchen Sie nicht mehr und vermeiden sie stärkere körperliche Aktivitäten.
- Etwas klares Wasser ist in den 8 - 12 Stunden vor dem Test erlaubt.

Wann sollte der Test nicht durchgeführt werden, bzw. in welchen Fällen ist er nicht aussagekräftig:

- wenn Sie Fieber haben
- Für Frauen: 3 Tage vor, während und 3 Tage nach der Menstruation. Bitte beachten Sie Ihre Periode bei der Terminvereinbarung.
- wenn bei Ihnen eine Magen- und/oder Darmoperation durchgeführt wurde oder wenn bei Ihnen eine Resorptionsstörung vorliegt.

Wie wird der Test durchgeführt:

- Sie kommen am Tag des Tests nüchtern in die Praxis und es wird der Nüchternblutzucker bestimmt.
- Dann trinken Sie 300 ml Flüssigkeit in der 75 g Glucose gelöst sind
- Während der Testzeit sitzen oder liegen Sie
- keine Muskelanstrengung, kein Essen oder Trinken oder Rauchen während des Tests
- nach 120 Minuten erfolgt eine erneute Bestimmung des Blutzuckers, bei Schwangeren nach 60 und nach 120 Minuten.

Bitte bringen Sie sich etwas zu Trinken und ggf. ein leichtes Frühstück mit, welches Sie nach dem Test zu sich nehmen dürfen.

Für weitere Fragen sprechen Sie uns gerne an.

Ihr Praxisteam