



## **Informationsmaterial zum bevorstehenden oralen Glukosetoleranz-Test (Zuckerbelastungstest)**

Bei einem Zuckerbelastungstest wird vor und nach dem Trinken einer Zuckerlösung mehrmals der Blutzucker bestimmt. Fällt der Anstieg etwas höher als gewöhnlich aus, spricht das für das Vorliegen einer gestörten Glukosetoleranz (Prädiabetes) oder einer Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus).

Der Test dauert insgesamt ca. 3 Stunden. Sie sollten während der Untersuchung die Praxis nicht verlassen. Suchen Sie sich daher bitte einen Parkplatz mit ausreichender Parkdauer.

### Wichtige Informationen

- Ablauf
  - Beginn möglichst zwischen 8 und 9 Uhr
  - Es erfolgt eine Messung des Nüchternzuckerwertes über eine venöse Blutentnahme.
  - Sie sollten innerhalb von 3 Minuten eine Zuckerlösung (75g Glukose) trinken.
  - Nach zwei Stunden erfolgt nochmals eine Kontrolle des Zuckerwertes
  - Bei Schwangeren erfolgt nach einer Stunde eine zusätzliche Blutentnahme.
  - Sie warten in dieser Zeit im Wartezimmer bis Sie wieder aufgerufen werden.
  - Während des Tests sollten Sie sitzen oder Liegen um Energieverbrennung durch Muskelarbeit möglichst gering zu halten.
  - Während des Tests sollten Sie nicht rauchen.

Bitte wenden!



- Vorbereitung zu Hause
  - 8–12 Stunden sollten Sie nichts essen und trinken. Auch auf Rauchen und Kaugummikauen sollten Sie verzichten. Sollte es notwendig sein, darf nur Wasser in dieser Zeit schluckweise getrunken werden.
  - Essen Sie in den drei Tagen vor dem Test eher kohlenhydratreich ( $\geq 150$  g Kohlenhydrate pro Tag), da der Test sonst verfälscht ist.
  - Diese Medikamente sollten am Morgen nicht eingenommen werden, da sie den Zucker verfälschen könnten: Kortison, L-Thyroxin, B-Sympathomimetika (Astmaspray, z.B. Salbutamol), Progesteron
  - Möglichst 3-tägiger Abstand zur Menstruation. Sollten Sie aber einen sehr unregelmäßigen und seltenen Zyklus haben und Sie bekommen Ihre Periode genau zu diesem Zeitpunkt, führen wir die Untersuchung trotzdem durch. Bitte informieren Sie uns in der Praxis, am Tag der Untersuchung, darüber.
  - Bringen Sie sich etwas zum Essen mit, damit Sie direkt nach dem Test etwas zu sich nehmen können, da manche Menschen danach zu leichten Unterzuckerungen neigen.
- Voraussetzungen
  - Keine Operationen am oberen Magen-Darm-Trakt (z. B. bariatrische Operationen)
  - Keine außergewöhnliche körperliche Belastung am Tag vor dem Test
  - Keine akute Erkrankung (z.B. Infekt)
  - Keine Behandlung mit einem Zuckermedikament (z.B. Metformin, Ozempic, Wegovy)
- Mögliche Nebenwirkungen
  - Selten: Übelkeit oder auch Erbrechen nach dem Trinken der Zuckerlösung

**Können Sie zum vereinbarten Termin nicht kommen, sagen Sie bitte möglichst 48 Stunden vorher ab: [kontakt@diabetologie-muehleninsel.de](mailto:kontakt@diabetologie-muehleninsel.de) oder Tel. 0871 – 966 669 70.**