

## Vorbereitung und Durchführung eines oralen Glukosetoleranztest (Zuckerbelastungstest)

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie haben einen Termin zur Durchführung eines oralen Glukosetoleranztestes (Zuckerbelastungs-Test) zur Überprüfung Ihres Zuckerstoffwechsels vereinbart. Bitte beachten Sie folgende Hinweise.

### Vorbereitung:

1. Bitte kommen Sie zum Test morgens **nüchtern** zum vereinbarten Termin in die Praxis. Nüchtern bedeutet, dass Sie nach 20 Uhr am Vorabend nichts mehr essen, nur Wasser trinken, kein Kaugummi kauen und nicht rauchen sollten. Am Morgen vor dem Test sollten Sie nicht mehr als 1-2 Gläser Wasser trinken.
2. Körperliche Anstrengungen am Morgen vor dem Test (Fahrradfahren, ausgedehnter Fussweg) sollten vermieden werden.
3. Bitte nehmen Sie **keine** Medikamente vor der Untersuchung ein. Bringen Sie Ihre Medikamente mit. Sie können sie nach Testende einnehmen.
4. Der Test sollte nur durchgeführt werden, wenn keine akuten Erkrankungen (Übelkeit, Erbrechen, grippaler Infekt, Fieber), Hyperemesis oder ärztlich vorordnete Bettruhe bestehen (dann bitte zuvor mit uns Rücksprache halten).
5. Der Test kann bei Voroperation am oberen Magen-Darm-Trakt (z.B. bariatrische Chirurgie mit ablativmalabsorptiven Verfahren) nicht durchgeführt werden.
6. In der Zeit drei Tage vor, während und drei Tage nach der Menstruation sollte der Test **nicht** durchgeführt werden.
7. Essen Sie in den drei Tagen vor dem Test normal. Insbesondere sollten Sie die Kohlenhydratzufuhr (Brot, Nudeln, Reis, Kartoffeln) nicht einschränken.
8. Führen Sie während dieser drei Tage keine schweren körperlichen Arbeiten aus, treiben Sie keinen Sport.

### Durchführung des Testes und Besprechung des Ergebnisses:

1. Nach der venösen Bestimmung des Nüchternblutzuckers bekommen Sie von uns eine Testlösung (300 ml Zuckerlösung), die Sie über einen Zeitraum von 3-5 Minuten langsam trinken.
2. In den nächsten 2 Stunden wird Ihr Blutzucker nach einer Stunde (bei Schwangeren) sowie nach zwei Stunden (bei allen Patienten) kontrolliert.
3. In dieser Zeit sollten Sie im Wartezimmer warten, nichts essen oder trinken und nicht rauchen. Bringen Sie sich am besten etwas zu lesen mit.
4. Im Anschluss an den Test dürfen Sie essen und trinken. Gerne können Sie sich ein kleines Frühstück mitbringen, welches Sie direkt nach Testende essen können.
5. Die Ergebnisse des Testes wird ein Arzt/Ärztin direkt im Anschluß mit Ihnen besprechen. Wenn zusätzlich die Abklärung einer Insulinresistenz geplant ist, findet die Besprechung aller Werte an einem gesonderten Termin statt.
6. Bitte planen Sie für den Test, die Besprechung sowie ggf. eine erste Schulung bei auffälligem Test ca. 3-4 Stunden ein.