

# Hinweise für die Durchführung des Blutzuckerbelastungstests (oralen Glukose-Toleranztest - oGTT)

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient

eventuell wurde bei Ihnen ein grenzwertiger oder leicht erhöhter Blutzuckertest festgestellt. Dieser Wert kann auf eine Veranlagung zur Zuckerkrankheit oder gar schon eine versteckte Form des Diabetes mellitus hinweisen. Zum Ausschluss oder zur Bestätigung dieses Verdachtes ist eine zusätzliche Untersuchung erforderlich.

Damit dieser Belastungstest genaue und vergleichbare Aussagen liefern kann, sind folgende Maßnahmen erforderlich:

- ▶ **Zwei Tage vor dem Test essen Sie überwiegend stärkehaltige Nahrungsmittel** wie Brot, Nudeln, Kartoffeln, Reis.  
Geeignete Nahrungsmittel wären: Marmeladenbrot, Nudelaufläufe oder andere Nudelgerichte mit wenig Fett oder Fleisch, Gemüse und Salat nach Belieben, Kartoffel- und Reisgerichte.
- ▶ **Essen Sie an diesen Tagen wenig Fett und Fleisch.**
- ▶ **Führen Sie während diesen beiden Tagen keine schweren körperlichen Arbeiten aus und treiben Sie keinen Sport.**
- ▶ **Am Morgen des Untersuchungstages kommen Sie bitte nüchtern** in die Praxis (nichts essen oder trinken, nicht rauchen).
- ▶ **Nach der Bestimmung des Nüchternblutzuckers** erhalten Sie eine **Zuckerlösung**, die Sie über einen Zeitraum von ca. 10 Minuten langsam **trinken**.
- ▶ **Es erfolgen weitere Blutzuckerbestimmungen nach 60 und 120 Minuten.**
- ▶ **Während der zwei Stunden bleiben Sie bitte im Wartezimmer sitzen.** Spaziergehen oder das Erledigen von Besorgungen während dieser Zeit führt zu einer Verfälschung des Ergebnisses.

Wenn Sie zusätzliche Fragen zu dieser Untersuchung haben, stehen wir Ihnen jederzeit für weitere Auskünfte zur Verfügung.

Ihr Praxisteam