

## **Durchführung eines oralen Glucosetoleranztests (OGTT, Zuckerbelastungstest) Was müssen Sie beachten?**

### **Vor dem Test:**

- 3 Tage kohlenhydratreiche, normale Kost (>150g KH täglich), keine Diät halten
- 3 Tage Abstand zur Menstruation
- 2 Tage keine anstrengende körperliche Aktivität
- Keine aktuelle Erkrankung (Infekt o.ä.)
- 10–12 Stunden vor der Untersuchung nüchtern bleiben, nicht rauchen
- Am Untersuchungstag notwendige Medikamente mit Wasser einnehmen
- Am Untersuchungstag nicht mit Fahrrad/längere Strecke zu Fuß in die Praxis kommen
- Am Untersuchungstag nicht rauchen
- Bestimmte Medikamente beeinflussen den Test (HCT, Kortison, „Pille“, bitte mit Arzt besprechen)

### **Während des Tests:**

Sie müssen eine zuckerhaltige Lösung trinken, es erfolgen Blutabnahmen vor Trinken der Zuckerlösung, sowie zwei Stunden danach (ggf. zusätzlich auch nach einer Stunde). Während des Tests dürfen Sie körperlich nicht aktiv sein, um die Blutzuckerwerte nicht zu beeinflussen; d.h. Sie bleiben während der zwei Stunden bei uns in der Praxis. Nehmen Sie sich ggf. etwas zu lesen mit! Außerdem sollten Sie eine Kleinigkeit zu essen dabeihaben.

## **Durchführung eines oralen Glucosetoleranztests (OGTT, Zuckerbelastungstest) Was müssen Sie beachten?**

### **Vor dem Test:**

- 3 Tage kohlenhydratreiche, normale Kost (>150g KH täglich), keine Diät halten
- 3 Tage Abstand zur Menstruation
- 2 Tage keine anstrengende körperliche Aktivität
- Keine aktuelle Erkrankung (Infekt o.ä.)
- 10–12 Stunden vor der Untersuchung nüchtern bleiben, nicht rauchen
- Am Untersuchungstag notwendige Medikamente mit Wasser einnehmen
- Am Untersuchungstag nicht mit Fahrrad/längere Strecke zu Fuß in die Praxis kommen
- Am Untersuchungstag nicht rauchen
- Bestimmte Medikamente beeinflussen den Test (HCT, Kortison, „Pille“, bitte mit Arzt besprechen)

### **Während des Tests:**

Sie müssen eine zuckerhaltige Lösung trinken, es erfolgen Blutabnahmen vor Trinken der Zuckerlösung, sowie zwei Stunden danach (ggf. zusätzlich auch nach einer Stunde). Während des Tests dürfen Sie körperlich nicht aktiv sein, um die Blutzuckerwerte nicht zu beeinflussen; d.h. Sie bleiben während der zwei Stunden bei uns in der Praxis. Nehmen Sie sich ggf. etwas zu lesen mit! Außerdem sollten Sie eine Kleinigkeit zu essen dabeihaben.