

Oraler Glukosetoleranztest

Der orale Zuckerbelastungstest ist eine bewährte Methode zum Ausschluss bzw. zur Diagnose eines Diabetes mellitus und/oder einer gestörten Glukosetoleranz. Damit der Test aussagekräftig wird möchten wir Sie bitten, folgende Dinge zu beachten:

Drei Tage vor dem Test:

In den 3 Tagen vor dem Test sollten Sie sich kohlenhydratreich ernähren, z. B. durch Nudel, Kartoffeln und Brot. Bis zum Beginn des Tests sollten Sie auf normale körperliche Aktivität achten (keine Bettlägerigkeit oder übermäßige körperliche Aktivität). Der Zuckerbelastungstest sollte nicht durchgeführt werden während sowie 3 Tage vor und nach der Menstruation sowie bei fieberhaften Infekten.

Am Vortag des Tests:

Die letzte Mahlzeit sollte 10 bis 16 Stunden vor dem Test eingenommen werden, z.B. als frühes Abendessen. Danach ist nur noch Wasser als Getränk erlaubt. Nicht rauchen!

Am Tag des Tests:

Der Test sollte morgens vor 9 Uhr begonnen werden. Zunächst wird Ihr Nüchtern-Blutzucker gemessen. Danach sollen Sie den mitgebrachten Accu Chek Dextro Saft relativ zügig trinken (innerhalb von 5 Minuten). Anschließend müssen Sie 2 Stunden im Wartezimmer warten (keine körperliche Aktivität oder Spaziergänge). Auch auf das Rauchen, Essen und Trinken muss in dieser Zeit verzichtet werden! 60 und 120 Minuten nach Testbeginn wird erneut Ihr Blutzucker kontrolliert.

Nach dem Test:

Gelegentlich können nach dem Test Unterzuckerungserscheinungen auftreten. Um einer Unterzuckerung vorzubeugen empfiehlt es sich, nach der letzten Blutzuckermessung eine kohlenhydratreiche Mahlzeit einzunehmen (z.B. ein belegtes Brot, Kekse, Obstsaft).