

Durchführung eines oralen Glucosetoleranztestes (OGTT)

Der orale Glucosetoleranztest wird zur Früherkennung eines Diabetes mellitus oder einer gestörten Glucosetoleranz angewendet.

Gründe für einen OGTT:

- Zucker im Urin = Glukosurie (positiver Harnteststreifen).
- Nüchtern-Blutzucker größer 5.6 mmol/l (>110 mg/dl).
- Blutzucker 1-2 Stunden nach dem Essen größer 7.8 mmol/l (> 140mg/d).
- Adipositas ($BMI \geq 30 \text{ kg/m}^2$), auffällige Familienvorgeschichte, auffällige Schwangerschaften, Herz- und Gefäßerkrankungen, gehäufte Hautinfektionen, Fettstoffwechselstörungen, Gicht, unklare Fälle von Nerven- und Augenerkrankungen.

Keine Testung bei bereits bestehendem Diabetes mellitus (Rücksprache mit Arzt)!

Voraussetzung zur Durchführung des OGTT:

- 3 Tage vor dem Test kohlenhydratreiche Kost (150-250mg Kohlenhydrate täglich).
- Normale körperliche Bewegung - keine extreme körperliche Aktivität am Tag zuvor!
- Ausheilung akuter Erkrankungen möglichst 2 Wochen vor dem Test.
- Mindestens 3 Tage vor dem Test absetzen oder genaue Protokollierung folgender Medikamente (nur nach Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt):
Hormone (Schilddrüse, Kontrazeptiva), einige Wassertabletten, Kortison.
- Keine Testung 3 Tage vor, während oder nach der Menstruation.
- 8-12 Std. vor dem Test kein Nikotin, Alkohol oder Kaffee.
- Nüchternperiode vor dem Test mindestens 8 und höchstens 12 Stunden.

Ablauf des OGTT (zwischen 7:30 und 9:30 morgens hier in der Praxis):

1. Terminvereinbarung, bitte lesen Sie dieses Merkblatt aufmerksam durch, ggf. Fragen vorher klären. Bitte bringen Sie 2,5 Std. Zeit und etwas zum Lesen mit. **Wichtig:** Während des Test keine Bewegung, Zigaretten oder Kaffee!
2. Kommen Sie zum **Termin um 7:30.**
3. Bestimmung des Nüchternblutzuckers (**1.Blutzuckerkontrolle**).
4. Trinken von **75g Zuckerlösung in 300ml Flüssigkeit.**
5. Sie werden danach in den Wartebereich gebeten und erhalten ggf. Infomaterial über Diabetes mellitus und Ernährung.
6. Nach 60 min **2. Blutzuckerkontrolle.**
7. Nach 120 min **3. Blutzuckerkontrolle.**
8. **Testende:** Sie gehen in die Sprechstunde zur Auswertung.