

MEIN TERMIN

für einen Zuckerbelastungstest (oGTT) im Rahmen des Mutter-Kind-Passes.

Datum: Uhrzeit:

Ort:



Foto: © Anna Omelchenko/Fotolia.com



Dieser Folder richtet sich an schwangere Frauen und soll ihnen helfen, sich optimal auf den Zuckerbelastungstest (oGTT) vorzubereiten.

Weitere Informationen zum Thema unter:
www.therapie-aktiv.at/gestationsdiabetes
E-Mail: **office@therapie-aktiv.at**

Bestellservice Österreichische Gesundheitskasse:
www.gesundheitskasse.at/gestationsdiabetes

Die Inhalte dieses Folders beruhen auf den S3-Leitlinien Gestationsdiabetes mellitus (GDM), Diagnostik, Therapie und Nachsorge 2018.



IMPRESSUM:
Medieninhaber und Herausgeber: Österreichische Gesundheitskasse, Haidingergasse 1, 1030 Wien
www.gesundheitskasse.at/impressum
Redaktion: ÖGK Landesstelle Steiermark, Josef-Pongratz-Platz 1, 8010 Graz
Titelfoto: © Syda Productions/Fotolia.com
Hersteller: Niegelhell, Leitringer Hauptstraße 23, 8435 Leitring
Auflage Juli 2020

INFO- FOLDER



Zuckerbelastungstest (oGTT)



ZUCKERBELASTUNGSTEST (OGTT)

Schwangerschaftsdiabetes (Gestationsdiabetes mellitus = GDM) ist eine der häufigsten Komplikationen in der Schwangerschaft und hat, wenn er nicht behandelt wird, negative Auswirkungen auf Mutter und Kind. Deswegen ist der Zuckerbelastungstest (oraler Glucosetoleranztest = oGTT) seit 2010 als wichtige Untersuchung im Mutter-Kind-Pass (MKP) verankert.

Richtige Vorbereitung für den Test

Bitte beachten Sie unbedingt folgende Punkte, damit der Test korrekt durchgeführt werden kann. Nur so sind richtige Ergebnisse möglich.

Kommen Sie nur zum Test, wenn Sie gesund sind – Sie also nicht an einer akuten Erkrankung, Fieber oder starkem Erbrechen (Hyperemesis) leiden.

Nehmen Sie vor dem Test bitte keine Medikamente ein!

Vermeiden Sie körperliche Belastung vor dem Test.

Halten Sie ab 22.00 Uhr des Vorabends eine Nüchternperiode von mindestens 8 Stunden ein.

Der Test sollte am folgenden Tag nicht vor 6.00 Uhr und nicht nach 9.00 Uhr beginnen.

Ernähren Sie sich in den 3 Tagen vor dem Test ohne Einschränkung Ihrer normalen Ess- und Trinkgewohnheiten. Nehmen Sie ausreichend Kohlenhydrate zu sich (z. B. Brot, Kartoffeln, Reis, Nudeln und Obst).

Ablauf der Untersuchung

Kommen Sie **nüchtern** zum Test!

1. Blutzuckermessung

Trinken der Zuckerlösung (in max. 5 Minuten)

Eine Stunde Pause

Nicht essen, trinken oder rauchen
Möglichst Ruhe geben und sitzen

2. Blutzuckermessung

Eine Stunde Pause

Nicht essen, trinken oder rauchen
Möglichst Ruhe geben und sitzen

3. Blutzuckermessung

Dauer des gesamten Tests: ca. 2 Stunden



Nicht essen!



Nicht trinken!



Nicht rauchen!



Sitzen!

EIN GDM LIEGT VOR, WENN EIN ODER MEHRERE BLUTZUCKERWERTE ERHÖHT SIND:

Nüchtern	≥ 92 mg/dl
1 h nach Trinken der Zuckerlösung	≥ 180 mg/dl
2 h nach Trinken der Zuckerlösung	≥ 153 mg/dl

Häufig gestellte Fragen

Warum ist die Bestimmung des Nüchternblutzuckers alleine nicht ausreichend?

Auch wenn die Werte nüchtern in Ordnung sind, kann es sein, dass zu wenig Insulin vorhanden ist, um den Blutzucker nach dem Konsum von Kohlenhydraten im Rahmen zu halten. Nur mit dem Belastungstest können aussagekräftige Ergebnisse erzielt werden.

Warum reicht „Fingerstechen“ und messen mit einem „Handblutzuckermessgerät“ für die Diagnosestellung nicht aus?

Um korrekte Werte zu erhalten ist es wichtig, dass der Blutzucker aus venösem Blut (mittels Blutabnahme gewonnen) mit qualitätsgesicherten Labormethoden ermittelt wird. oGTTs mittels Handblutzuckermessgerät sind ungenau und deswegen nicht zulässig!

Warum wird der Zuckerbelastungstest erst in der 24. – 28. Schwangerschaftswoche gemacht?

Während der Schwangerschaft ist das Gleichgewicht zwischen blutzuckererhöhenden Schwangerschaftshormonen und dem blutzuckersenkenden Hormon Insulin verändert. Etwa ab dem letzten Schwangerschaftsdrittel steigt der Insulinbedarf besonders stark an. Deswegen entwickelt sich der Gestationsdiabetes oft erst nach der 24. Schwangerschaftswoche und es kommt zu erhöhten Blutzuckerwerten und einem relativen Insulinmangel.

