



# GESTATIONS DIABETES IM GRIFF

## Zuckerbelastungstest

Schwangerschaftsdiabetes rechtzeitig erkennen!



Liebe werdende Mama!

Im Rahmen der Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen wird bei Ihnen zwischen der 24. und 28. Schwangerschaftswoche ein Test zur Bestimmung des Blutzuckers durchgeführt. Dieser Zuckerbelastungstest (oraler Glukosetoleranztest, kurz oGTT) zeigt an, ob Sie an Schwangerschaftsdiabetes (Gestationsdiabetes) leiden.

### Richtige Vorbereitung für den Test

Vereinbaren Sie rechtzeitig einen Termin und beachten Sie folgende Punkte:

Mindestens 8 Stunden vor dem Test nichts essen und trinken! (Ausnahme: Wasser)

Nehmen Sie vor dem Test keine Medikamente ein.

Dauer des gesamten Tests: ca. 2 Stunden  
Nehmen Sie sich Zeit!

Sollten Sie krank sein (akute Erkältung, Fieber ...) oder unter starker Schwangerschaftsübelkeit mit Erbrechen leiden, sollten Sie den Test (in Absprache mit Ihrem Arzt) verschieben.

**Hinweis:** 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

#### 1. Blutzuckermessung (nüchtern)

#### 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



**Nicht essen!  
Nicht trinken!**



**Nicht rauchen!**



**Sitzen!**

\* **WICHTIG:** Die Stunde Pause wird von Ihnen selbst beobachtet und eingehalten. Melden Sie sich nach Ablauf der Stunde selbstständig.