



ORALER GLUKOSETOLERANZ-TEST | ZUCKERBELASTUNGSTEST

Definition

Der orale Glukosetoleranztest, kurz oGTT, dient dem Nachweis einer gestörten Glukoseverwertung im Körper und der Frühdiagnostik des Diabetes mellitus.

Wann ist der Test sinnvoll?

Der Blutzucker-Belastungstest wird beispielsweise dann durchgeführt, wenn trotz normaler Nüchtern-Blutzuckerwerte ein Verdacht auf Typ-2-Diabetes besteht – zum Beispiel wenn ein Patient übergewichtig ist und in seiner Familie gehäuft Diabetes vorkommt oder wenn der Nüchternwert grenzwertig erhöht ist (zwischen 100 und 125 mg/dl bzw. 5,6 und 6,9 mmol/l).

Gerade leichte Formen des Typ 2-Diabetes und Vorstufen können mit Hilfe des Tests frühzeitig erkannt werden. Die Ergebnisse sind hilfreich bei der weiteren Ernährungsberatung und für die bewusste Gewichtsabnahme.

Außerdem wird er bei unerfülltem Kinderwunsch und Risikofaktoren (starkes Übergewicht, Syndrom der polyzystischen Ovarien = PCO-Syndrom) empfohlen.

In der Schwangerschaft wird er im 2. Trimenon auch ohne Risikofaktoren zur Früherkennung eines Schwangerschaftsdiabetes durchgeführt.

Testprinzip

Alle Lebensmittel, die Kohlenhydrate (Zucker + Stärke) enthalten, werden bei der Verdauung in einzelne Glukose (Zucker)-Bausteine zerlegt. Der Zucker gelangt vom Darm ins Blut und führt zunächst zu einem kurzfristigen Anstieg der Blutglukosekonzentration. Nur mit Hilfe des Hormons Insulin kann Glukose in die Körperzellen geschleust werden, um für die Energiegewinnung (z.B. Muskel-/ Gehirnzellen) oder als Gewebebaustein genutzt zu werden. Der rasche Transport des Zuckers aus der Blutbahn in die Zellen verhindert ein starkes Ansteigen der Blutzuckerwerte, denn hohe Blutzuckerkonzentrationen schädigen die Gefäßwand. Der "orale Glukosetoleranztest" (OGTT, Zuckerbelastungstest) zeigt, ob dieser Mechanismus bei Ihnen verzögert oder ganz gestört ist. Ihr 120 min-Blutzuckerwert ist gegenüber dem Gesunden erhöht.

Vorgehen

Der Test wird morgens möglichst zwischen 8:30 und 10:00 in der Praxis begonnen. Dazu müssen Sie nüchtern erscheinen. Nüchtern bedeutet, dass Sie 8-12 Stunden nichts gegessen haben sollten. In dieser Zeit dürfen Sie auch kein Nikotin, keinen koffeinhaltigen Tee oder Kaffee und keine anderen Getränke außer Wasser konsumiert haben. Um ein aussagekräftiges Ergebnis zu erhalten, sollten Sie an den drei vorangegangenen Tagen Ihre normale Kost zu sich genommen haben.

Idealerweise sind das mehr als 150 g Kohlenhydrate pro Tag. Dies entspricht zum Beispiel etwa 1 belegten Brötchen + 1 Apfel + 1 Banane + 3 Kartoffeln oder 3 Suppenkellen gekochte Nudeln mit Gemüse + 2 Scheiben Graubrot mit herzhaftem Belag.

Die Menstruation sollte möglichst nicht in die Zeit des Tests fallen.



Blutabnahme

0 min: Blutentnahme zur Glukosebestimmung nüchtern. Anschließend Trinken der mitgebrachten Zuckerlösung (Accu-Check 250 ml mit 75 g Glukose, Geschmack Johannisbeere). Die Flüssigkeit muss innerhalb von 5 Minuten getrunken werden.

60 min nach dem Trinken: Blutentnahme zur Glukosebestimmung nach 1 Stunde

120 min nach dem Trinken: Blutentnahme zur Glukosebestimmung nach 2 Stunden

Während der Testdauer von mindestens 2,5 bis 3 Stunden dürfen Sie die Praxis aus juristischen Gründen nicht verlassen, um mögliche Beschwerden rasch zu erkennen.

Tipp: Verbinden Sie diesen Test mit einem Gesundheitcheck oder nehmen Sie ein gutes Buch mit zum Entspannen in unserer Lounge.

Mögliche Beschwerden

Der Test kann häufiger zu Müdigkeit und Unkonzentriertheit führen, selten zu Kopf- und Bauchbeschwerden. Eine Ohnmacht ist extrem selten.

Bewertung

Befund	nüchtern	nach 120 min
Normalbefund	< 100 mg/dl < 5,6 mmol/l	< 140 mg/dl < 7,8 mmol/l
Gestörte Glucosetoleranz	100 - 125 mg/dl 5,6 - 6,9 mmol/l	140 - 199 mg/dl 7,8 - 11,0 mmol/l
Diabetes mellitus	> 125 mg/dl > 6,9 mmol/l	> 199 mg/dl > 11,0 mmol/l

Hinweis: Die oben aufgeführten Werte gelten für die Blutzuckermessung im Blutplasma nach venöser Blutentnahme.

Mögliche Störfaktoren

Falsch positives oder falsch negatives Ergebnis des oGTT bei

- Zu geringer Kohlenhydratzufuhr an den vorangegangenen Tagen
- Einnahme von Medikamenten (z.B. Diuretika, Laxantien, Kontrazeptiva, Metformin/ orale Diabetika)
- Malabsorption (entzündliche Darmerkrankungen, Durchfall)
- Menstruation