

**DIABETES EINFACH
ADIPOSITAS ERKLÄRT**
(HECKLISTE)

Infoblatt Dextro-OGT

Liebe Patientin, lieber Patient,

Hinweise für die Durchführung des Blutzuckerbelastungstests (Oraler Glukose – Toleranz – Test)

Bei Ihnen wurde ein grenzwertiger oder leicht erhöhter Blutzuckerwert festgestellt. Dieser Wert kann auf eine Veranlagung zur Zuckerkrankheit oder gar schon eine versteckte Form des Diabetes mellitus hinweisen. Zum Ausschluss oder zur Bestätigung dieses Verdachtes ist eine zusätzliche Untersuchung erforderlich.

Damit dieser Belastungstest genaue und vergleichbare Aussagen liefern kann, sind folgende Maßnahmen erforderlich:

1. Zwei Tage vor dem Test essen Sie bitte überwiegend stärkehaltige Nahrungsmittel wie: Brot, Nudeln, Kartoffeln, Gemüse. Geeignete Nahrungsmittel wären: Marmeladenbrote, Nudelauf läufe oder andere Nudelgerichte mit wenig Fett oder Fleisch, Gemüse und Salate nach Blieben, Kartoffelgerichte, Reisgerichte.
2. Essen Sie bitte an diesen Tagen wenig Fleisch und wenig Fett.
3. Führen Sie während dieser beiden Tage keine schweren körperlichen Arbeiten aus, treiben Sie keinen Sport.
4. Am Morgen des Untersuchungstages kommen Sie bitte nüchtern in die Praxis (nichts essen oder trinken, nicht rauchen).
5. Nach der Bestimmung des Nüchternblutzuckers erhalten Sie eine Zuckerlösung, die Sie über einen Zeitraum von ca. 10 Minuten langsam trinken.
6. Nach einer und nach zwei Stunden wird erneut eine Blutzuckerbestimmung durchgeführt.
7. Während der zwei Stunden bleiben Sie bitte im Wartezimmer sitzen. Spazierengehen oder das Erledigen von Besorgungen während dieser Zeit ist nicht möglich. Jede größere körperliche Bewegung innerhalb dieses Zeitraums führt zu einer Verfälschung des Ergebnisses.



EINFACH ERKLÄRT



YouTube

DIABETES EINFACH ERKLÄRT



Spotify

ADIPOSITAS EINFACH ERKLÄRT



Spotify



Podigee

Alles auf einen Blick: diabetes-adipositas-einfach-erklaert.de