

Diabetes Früherkennung durch Zuckerbelastungstest (Glucosetoleranztest)

Übergewicht und Bewegungsarmut fördern die Entwicklung eines Diabetes mellitus, bloß viele wissen gar nicht, dass ihr Zuckerstoffwechsel gestört ist.

Ca. 25% der Bevölkerung zwischen 55 –74 Jahren haben in Deutschland eine bisher nicht bekannte Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus) oder eine gestörte Glucosetoleranz. Unter gestörter Glucosetoleranz versteht man einen krankhaften Blutzuckeranstieg nach Gabe von Glucose (Zucker). Hierbei ist der Nüchternblutzucker meistens normal.

Man geht davon aus, dass eine gestörte Glucosetoleranz ein Übergangsstadium in der Entwicklung zum Diabetes mellitus darstellt, welches unbemerkt stattfindet. 3-10% der Menschen mit gestörter Glucosetoleranz entwickeln im Laufe eines Jahres einen Diabetes mellitus.

Schon in der Phase der gestörten Glucosetoleranz ist das Risiko für Herz-Kreis-lauferkrankungen erhöht.



Studien zeigen, das bis zu 20% der Patienten mit akutem Herzinfarkt einen bisher nicht bekannten Diabetes mellitus haben und gut 30 % eine gestörte Glucosetoleranz.

Aus diesem Grund empfiehlt die amerikanische Diabetesgesellschaft bei Infarktpatienten einen Glucosetoleranztest durchzuführen. In Deutschland fehlen dementsprechende Empfehlungen für die Durchführung eines Glucosetoleranztestes. Die gesetzlich geregelte Früherkennungsuntersuchung ab dem 35. Lebensjahr erfasst nur den Nüchternblutzucker und untersucht den Urin, der allerdings erst Zucker bei Blutzuckerwerten oberhalb von 180 mg/dl aufweist.

Vorsorgeuntersuchungen außerhalb der gesetzlichen Programme werden von der Krankenkasse nicht übernommen, deshalb bieten wir Ihnen den Glucosetoleranztest als Selbstzahlerleistung an.

Der Test koste € 15,00. Hinzu kommen die Kosten von € 4,70 für die Testlösung.

Bei familiärer Belastung, fehlender sportlicher Betätigung und bei Übergewicht kann eine Glucosetoleranztest dazu beitragen, einen möglichen Diabetes frühzeitig zu erkennen. Erst das ermöglicht eine gezielte Behandlungsstrategie und Beeinflussung möglicher Risikofaktoren.

Durchführung eines Glucosetoleranztestes

Der Test fängt morgens an. Sie müssen nüchtern kommen und mindestens 10 Stunden nicht mehr gegessen haben, auch der Morgenkaffe muss leider ausfallen. Erlaubt ist Mineralwasser. Nicht rauchen!

Drei Tage vor dem Test sollten sie sich kohlenhydratreich ernährt haben (Brot, Getreide, Kartoffeln) und sich normal bewegt haben.

Bei akuten Erkrankungen kann der Test nicht durchgeführt werden.

Zunächst wird ihr Nüchternblutzucker bestimmt. Die Testlösung wird innerhalb von drei bis fünf Minuten getrunken. Anschließend müssen sie zwei Stunden in der Praxis bleiben, da z. B. körperliche Bewegung zu einem schnelleren Abbau von Zucker führt.

Nach zwei Stunden wird Ihr Blutzuckerwert bestimmt, Werte über 140 mg/dl zeigen eine gestörte Zuckerverwertung an, über 200 mg/dl liegt ein Diabetes mellitus vor.

Gelegentlich kann es zu Übelkeit, Magendruck oder Erbrechen kommen. Öfter treten nach dem Test Anzeichen einer Unterzuckerung auf. Um dies zu vermeiden, sollten Sie nach dem Test eine kohlenhydratreiche Mahlzeit zu sich nehmen.