

Diabetes & Prävention am Marienplatz Dr. med. Thomas Meryk

Zentrum für präventive Medizin • Ernährung • Bewegung

Sporerstr. 2 80333 München
Tel 089-230019070 Fax 089-230019076
www.dr-meryk.de info@dr-meryk.de



Patienteninformation zum großen Zuckerbelastungstest (OGTT) in der Schwangerschaft / Patient information about the large sugar stress test (OGTT) during pregnancy

Ihr Termin ist am / your Appointment is on: _____ **8:30 Uhr / AM**
Datum/Date Uhrzeit/ time

Für die optimale und sichere Durchführung des Testes beachten Sie bitte folgendes: *To carry out the test safe and in best practice, please note the following:*

Ab 3 Tage vor Ihrem Termin / Three days before the appointment:

- Essen Sie wie gewohnt, mit Ihrer üblichen Menge an Kohlenhydraten. Stellen Sie Ihre Ernährungsgewohnheiten noch nicht um.
- Üben Sie keine außergewöhnliche körperliche Belastung bzw. keinen anstrengenden Sport aus
- *Eat as usual, with your usual amount of carbohydrates. Don't change your eating habits yet.*
- *Do not engage in any unusual physical effort or strenuous sport*

Am Vortag / the day before:

- Das Abendessen sollte bis spätestens 20 Uhr beendet sein. Danach sind Sie nüchtern bis zum Testende am nächsten Tag. Wasser trinken ist erlaubt.
- *Dinner should be finished by 8 p.m. at the latest. You will then fast until the end of the test the next day. Drinking water is allowed to take.*

Am Untersuchungstag / on the day of the appointment:

- Planen Sie ca. 3 Stunden Aufenthalt in unserer Praxis ein. Der Test selber dauert 2 Stunden, danach findet noch eine Besprechung und ggf. ausführliche Beratung statt.
- Kommen Sie nüchtern zum Test. Kein Essen, kein Kaugummi, kein Trinken. Nehmen Sie in der Früh keine Medikamente ein. Sollten Sie täglich Medikamente (z.B. Schilddrüse) einnehmen, bringen Sie diese mit um sie direkt nach dem Test einnehmen zu können
- Bitte bringen Sie sich eine Brotzeit für nach dem Test mit. Im Anschluss an den Test dürfen Sie bei uns in der Praxis etwas essen.
- Ihre Anreise in die Praxis sollte möglichst in Ruhe und ohne körperliche Anstrengung erfolgen.
- **Voraussetzung für den Test ist, dass Sie sich gesund fühlen und nicht an einer akuten Erkrankung z.B. Erkältung leiden.**
- Wichtig: **Der Test muss unbedingt vor 9 Uhr starten** (tageszeitliche Abhängigkeit der Glukosetoleranz). Bitte kommen Sie pünktlich zu Ihrem Termin in die Praxis.

- *Plan to stay in our practice for approx. 3 hours. The test itself takes 2 hours, after which there will be a talk about the results and, if necessary, detailed recommendations*
- *Come to the test on an empty stomach. No food, no chewing gum, no drinking. Do not take any medication in the morning. If you take medication (e.g. thyroid) every day, bring it with you so that you can take it immediately after the test*
- *Please bring a snack with you for after the test. After the test, you can eat something in our practice.*
- *Your journey to the practice should, if possible, take place in peace and without physical effort.*
- **The prerequisite for the test is that you feel healthy and do not suffer from an acute illness, such as a cold.**
- **Important: The test must definitely start before 9 a.m.** (glucose tolerance depends on the time of day). Please come to the practice on time for your appointment.

Bitte bringen Sie Ihre Versicherungskarte, den Überweisungsschein vom Gynäkologen und Ihren Mutterpass mit! / **Please** bring your insurance card and the transfer slip from Gynecologist and your maternity card with you!