



Gut vorbereitet zum OGTT

In der Schwangerschaft und zur Nachsorge nach der Geburt

Diese Hinweise gelten für den 75-g-Zuckerbelastungstest (OGTT) in der Schwangerschaft und zur Nachsorge nach Schwangerschaftsdiabetes. Für den 50-g-Vortest (kleinen Zuckertest) gelten andere Bedingungen.

Mindestens 8 Stunden nüchtern

2 Stunden Testphase + Vorbereitung

In den drei Tagen davor

Essen und trinken Sie wie gewohnt, einschließlich Ihrer üblichen kohlenhydrathaltigen Lebensmittel. Beginnen Sie keine Diät und lassen Sie Kohlenhydrate nicht gezielt weg. Vermeiden Sie außergewöhnliche körperliche Belastung vor dem Test.

Am Morgen: nüchtern kommen

Ab 22 Uhr am Vorabend nichts mehr essen; mindestens acht Stunden vor Testbeginn nüchtern bleiben. Stilles Wasser ist vor dem Test erlaubt, andere Getränke nicht. Vor und während des Tests nicht rauchen. Kommen Sie ohne vorherigen Sport zur vereinbarten Uhrzeit.

Medikamente am Testmorgen

Morgendliche Medikamente nehmen Sie in der Regel erst nach dem Test ein. Bitte klären Sie notwendige Ausnahmen vorab mit uns; eine bereits individuell vereinbarte Einnahme gilt weiterhin. Bringen Sie Ihren Medikamentenplan mit.

Bitte vorher anrufen, wenn ...

... Sie akut krank sind, Fieber oder starkes Erbrechen haben, Ihnen Bettruhe verordnet wurde oder Sie kürzlich Kortison erhalten haben, etwa zur Lungenreifung. Informieren Sie uns auch über frühere Magen- oder Darmoperationen, insbesondere einen Magenbypass. Dann muss geprüft werden, ob und wann der Test geeignet ist.

So läuft der Test ab

Zuerst nehmen wir nüchtern Blut aus einer Vene ab. Die Glukoselösung erhalten Sie bei uns. In der Schwangerschaft folgen Blutabnahmen nach einer und nach zwei Stunden; bei der Nachsorge nach der Geburt erfolgt die weitere Blutabnahme nach zwei Stunden. Die Testphase dauert zwei Stunden, zuzüglich Vorbereitung.

Während der Untersuchung

Blieben Sie die gesamte Testzeit in der Praxis und möglichst ruhig sitzen. Nicht essen oder rauchen. Während des Tests bitte nur nach Rücksprache mit dem Praxisteam Wasser trinken. Melden Sie Übelkeit, Erbrechen oder Kreislaufbeschwerden sofort.

Nach Schwangerschaftsdiabetes

Die Nachkontrolle wird in der Regel 6 bis 12 Wochen nach der Geburt empfohlen, auch wenn Sie stillen. Vereinbaren Sie den Termin mit uns. Für die Beurteilung gelten andere Grenzwerte als während der Schwangerschaft.

Das bringen Sie mit

Gesundheitskarte, Mutterpass (in der Schwangerschaft), Überweisung, vorhandene Testergebnisse und Medikamentenplan. Ein Buch und ein kleiner Imbiss für nach dem Test können hilfreich sein.

Quellen und Stand: Recherche am 12.10.2026; eigenständig aufbereiteter Text. Die folgenden Quellen sind anklickbar.

DDG: Gestationsdiabetes, Praxisempfehlung 2025, Abschnitt 75-g-oGTT

IQWiG: Wie läuft ein Glukosetoleranztest ab?

Universitätsklinikum Ulm: oGTT, aktualisiert 05.02.2026