

## Glucose Tolerantie Test (GTT)

**Op verzoek van uw arts of verloskundige wordt bij u een glucose tolerantie test (GTT) uitgevoerd. Met deze test wordt onderzocht hoe uw lichaam reageert op een grote hoeveelheid suiker (glucose).**

Deze test wordt alleen op afspraak uitgevoerd. De afspraak kunt u telefonisch of op het afdelingslaboratorium maken.

### Vorbereiding

Tenminste gedurende 3 dagen voorafgaande aan het laboratoriumonderzoek dient u zich aan een koolhydraatrijk dieet te houden. Het is de bedoeling dat u met dit dieet veel koolhydraten in de vorm van suiker, zoetigheid, aardappelen en brood eet (zie onderstaand voorbeeld dagmenu). Uw lichaam zal dan zo goed mogelijk voorbereid zijn op het laboratoriumonderzoek.

Bent u de laatste dag(en) voor het onderzoek wat 'ziek', had u bijvoorbeeld een griepje, dan wordt u verzocht een nieuwe afspraak te maken met het laboratorium.

### Nuchter

Vanaf de vorige avond (24.00 uur) mag u niet meer roken, eten of drinken (behalve water).

### Ochtend van het onderzoek

De ochtend van het onderzoek wordt u op de afgesproken tijd verwacht op het poliklinisch afdelingslaboratorium. Voor de ingang kunt u op het nummerapparaat de keuze 'GTT' maken.

Nadat bij u een buisje bloed uit de arm is afgenomen wordt gecontroleerd of de test door kan gaan.

Wordt de GTT uitgevoerd, dan krijgt u een glucosedrank die u in ongeveer 5 minuten rustig moet opdrinken. In een enkel geval kunt u hier wat misselijk van worden. Na precies 2 uur meldt u zich weer en wordt er nog een buisje bloed uit de arm afgenomen. Gedurende het gehele onderzoek moet u in het ziekenhuis blijven en mag u zich niet inspannen, roken en niet eten of drinken (behalve beperkt water).

### Voorbeeld dagmenu bij een Glucose Tolerantie Test

Op dit voorbeeld dagmenu staat minimale hoeveelheid voeding aangegeven die u gedurende 3 dagen voorafgaande aan het laboratoriumonderzoek moet gebruiken, meer eten mag wel, minder niet.

Het is niet verplicht u aan de onderstaande volgorde te houden, u kunt de momenten waarop u de gegeven voedingsmiddelen neemt naar wens veranderen.

Eet u gewoonlijk minder of totaal anders, dan kunt u contact opnemen met één van de diëtisten van het BovenIJ ziekenhuis.

### Ontbijt:

- 1 snee brood (bruin, wit, volkoren **of** krentenbrood) **of** 1 snee roggebrood, **of** 1 dikke plak ontbijtkoek **of** 2 beschuiten **of** crackers **of** knäckebröd besmeerd met (dieet)halvarine/(dieet)margarine/boter met beleg naar wens.
- 1 glas melk of karnemelk of yoghurt
- thee/koffie, met suiker naar wens, eventueel koffiemelk

### In de morgen:

- thee/koffie met suiker naar wens, eventueel met koffiemelk
- (mineraal)water/limonade/frisdrank
- 1 volkorenbiscuit of 2 koekjes of 2 snoepjes

### 2e broodmaaltijd:

- 2 sneetjes brood (bruin, wit, volkoren **of** krentenbrood) **of** 1 snee roggebrood **of** 1 dikke plak ontbijtkoek **of** 2 beschuiten **of** crackers **of** knäckebröd besmeerd met (dieet)margarine/boter 1 portie (smeer)kaas **of** magere vleeswaren, 1 portie gewoon zoet beleg
- 1 glas melk of karnemelk of yoghurt
- thee/koffie met suiker naar wens, eventueel met koffiemelk

### In de middag:

- thee/koffie met suiker naar wens, eventueel met koffiemelk
- (mineraal)water/limonade/frisdrank
- eventueel een koekje
- 1 portie fruit

### Warme maaltijd:

- eventueel 1 kop soep
- 1 portie vlees, vis **of** gevogelte
- Minimaal 2 aardappelen (100 gram) **of** minimaal 1 opscheplepel rijst **of** minimaal 1½ opscheplepel pasta **of** minimaal 1 snee brood
- jus/saus
- 1 flinke portie groente

### Nagerecht

- 1 schaalte gewone vla **of** pudding **of** 1 schaalte vruchtenyoghurt **of** 1 schaalte vruchtenkwark **of** 2 bolletjes ijs

### In de avond:

- thee/koffie met suiker naar wens, eventueel met koffiemelk
- (mineraal)water/limonade/frisdrank
- eventueel een koekje
- 1 portie fruit

## Heeft u nog vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen? Belt u dan tijdens kantooruren naar het afnamelaboratorium.

## Bent u verhinderd?

Heeft u een belangrijke reden waarom u niet kunt komen op uw afspraak? Neem dan zo snel mogelijk contact op met het afnamelaboratorium.

## Telefoonnummers BovenIJ ziekenhuis

Hoofdreceptie	020 - 634 6346
Afnamelaboratorium	020 - 634 6505
Diëtist	020 - 634 6456

## Adres BovenIJ ziekenhuis

Bezoekadres	Postadres
Statenjachtstraat 1	Postbus 37610
1034 CS Amsterdam	1030 BD Amsterdam