

Suikerbelastingtest

Binnenkort krijg je een suikerbelastingtest, ofwel een orale glucose tolerantie test (OGTT), omdat gedacht wordt aan een afwijking in jouw suikerstofwisseling. We spreken dan van zwangerschapssuikerziekte.

Bij zwangerschapssuikerziekte is meestal de suiker (glucose) te hoog. In dat geval kan de groei van de baby sneller toenemen dan verwacht, waardoor tijdens de bevalling problemen kunnen ontstaan, zoals trage ontsluiting en kunstverlossingen. Soms groeien deze baby's juist te traag. Dit hangt meestal samen met een bijkomend bloeddrukprobleem bij de moeder. Vlak na de geboorte hebben deze kinderen meer kans om een te laag suikergehalte in hun bloed te hebben. Dit volgen wij dan altijd samen met de kinderarts.

De meest voorkomende indicaties om een OGTT te doen zijn:

- Een vorig kind > 4500 gram geboortegewicht of > p95
- BMI > 30
- Land van herkomst waar veel diabetes voorkomt: Zuid-Azië (o.a. Hindoestanen), Afro-Caribiërs, Midden-Oosten, Marokko en Egypte
- Als de baarmoeder harder groeit dan verwacht bij de duur van de zwangerschap
- Als je gewicht in korte tijd zeer sterk toeneemt
- Als Diabetes type 1 of 2 bij 1e-graads familieleden voorkomt
- Als je tijdens vorige zwangerschap suikerziekte had
- Als je een te hoge bloedsuikerspiegel bij het eerste bloedonderzoek hebt

Hoe ontstaat zwangerschapssuiker?

Zwangerschapssuiker is het gevolg van een *relatief* of *absoluut* tekort aan *insuline*. Relatief wil zeggen dat er genoeg insuline is, maar dat de weefsels onvoldoende gevoelig zijn. Absoluut wil zeggen dat er echt een tekort aan insuline is.

Zwangerschapssuiker is bijna altijd het gevolg van een relatief tekort. Insuline wordt in de alveesklier gemaakt. Het hormoon zorgt er voor dat suiker (glucose) uit de bloedbaan de lichaamscellen in kan worden gedreven. Glucose is de belangrijkste brandstofbron voor onze cellen. De moederkoek (placenta) maakt veel stoffen die de werking van insuline remmen.

Men denkt dat dit de oorzaak is van zwangerschapssuiker. Toch hebben vrouwen die zwangerschapssuiker krijgen waarschijnlijk van zichzelf al problemen met hun suikerstofwisseling zonder dat dit nog merkbaar is. Een groot deel krijgt namelijk later suikerziekte. Het is dan ook verstandig om de suikerstofwisseling na de zwangerschap af en toe te blijven controleren. Afwijkingen van de suikerstofwisseling kunnen vaak goed met een dieet worden behandeld. Hiermee wordt de kans op een te grote baby mogelijk kleiner. Mocht je in aanmerking komen voor een dieet dan word je begeleid door een diëtiste uit het ziekenhuis.

De suikerbelastingtest (OGTT)

Voor de suikerbelastingtest (OGTT) dien je een afspraak te maken met het laboratorium van het Flevoziekenhuis via ☎ (036) 868 8818.

1. De test wordt afgenomen in het Flevoziekenhuis

Of bij de **PRIKPOSTEN LELYSTAD** :

2. **Dialysecentrum**: Elke woensdag en vrijdag van 08:00-12:00
Adres: Ziekenhuisweg 100, Lelystad
3. **De Koploper** : elke maandag van 8:00-12:00
Adres: Badweg 21, 8223 PA Lelystad

Je wordt dan **nuchter** op de afgesproken datum om 8.00 uur op de prikpost verwacht. **Nuchter** wil zeggen dat je op de avond voor het onderzoek vanaf 22.00 uur niets meer eet en drinkt, behalve een slokje water. Je dient zelf een ontbijt mee te nemen naar de afspraak op de polikliniek.

Tijdens de test wordt bloed afgenomen om zo een nuchtere bloedsuikerwaarde te bepalen. Vervolgens krijg je eenmalig een suikerdrankje dat 75 gram glucose bevat. Daarna word je verzocht om plaats te nemen in de banken in de hal zonder verder te eten of te drinken of verdere inspanning te leveren. Neem bijvoorbeeld een boek of computer/ iPad mee om jezelf bezig te houden.

Twee uur na inname van het drankje wordt opnieuw bloed afgenomen. Na deze afname mag je het ontbijt nuttigen dat je zelf heeft meegebracht. De test eindigt twee uur na inname van het suikerdrankje.

Indien jouw aanvraag via de polikliniek Gynaecologie verliep, kun je voor de uitslag dezelfde dag nog bellen met het telefonisch spreekuur tussen 16.00-16.30 uur via: ☎ (036) 868 8544.

Indien jouw aanvraag verliep via de verloskundige praktijk kun je met de betreffende praktijk contact opnemen over de uitslag (voor telefoonnummer zie aan het eind van deze folder).

Samenvattend:

- Nuchter komen bij een van de prikposten.
- Neem zelf een ontbijt mee.
- Bloedonderzoek (nuchter).
- Glucosedrankje drinken.
- Twee uur na inname drankje: opnieuw bloedonderzoek, daarna mag je ontbijten.
- Telefonisch contact met jouw behandelaar over de uitslag in de loop van de testdag.

Test afwijkend? Dan dieet en glucose dagcurve

<u>75g OGTT</u>	<u>Waarden bloedafname</u>	<u>Diagnose</u>
Nuchter	≥ 7,0	Mogelijk al langer bestaande suikerziekte
	6,1 – 6,9	Zwangerschapssuikerziekte
	< 6,1	Normaal
Na 2 uur	> 11,0	Mogelijk al langer bestaande suikerziekte
	7,8 – 11,0	Zwangerschapssuikerziekte
	< 7,8	Normaal
Zwangerschapssuiker: ten minste één afwijkende waarde		

Bijeenkomst zwangerschapsdiabetes

Wanneer zwangerschapssuiker (diabetes) wordt vastgesteld, krijg je een uitnodiging voor een informatieve groepsbijeenkomst. Deze organiseren wij iedere dinsdagmiddag (14.00-15.30) uur op de poli Interne geneeskunde.

Voor meer informatie: www.flevoziekenhuis.nl/diabetescentrum/zwangerschapsdiabetes.

Diëtiste

Als de OGTT afwijkend is word je verwezen naar de diabetesverpleegkundige en een diëtiste. Van haar krijg je een dieet/voedingsadvies mee. Dit advies is niet gericht op afvallen, maar wel om de *snelle* suikers uit jouw normale dieet te halen.

Diabetesverpleegkundige

Het effect van dit dieet/voedingsadvies zal worden beoordeeld aan de hand van glucose dagcurve. Dit wil zeggen dat je nuchter, en een uur na iedere maaltijd (ontbijt, lunch en diner) zelf uw bloedglucosewaarde bepaalt, via een vingerprik. Apparatuur hiervoor zal worden geregeld via de diabetes verpleegkundige.

<u>Tijdstip</u>	<u>Streefwaarden glucose dagcurve</u>
Nuchter	≤ 5,3
1 uur na eten	≤ 7,8

Wanneer het dieet binnen een tot twee weken na het starten niet leidt tot verbetering van jouw suikerwaarden dan word je doorverwezen naar de internist die je glucose verlagende medicatie (bijvoorbeeld insuline) voorschrijft.

Vragen?

Heb je na het lezen van deze folder nog vragen dan kun je bellen met jouw verloskundige behandelaar.

Flevoziekenhuis:

Telefonisch spreekuur (16.00-16.30 uur),
☎ (036) 868 8544

Praktijk Geboorte Atelier

☎ 06 23060567

Praktijk de 1^e Stap

☎ 06 51009420

Praktijk team Blauw

☎ 06 51573744

Praktijk team Groen

☎ 06 51911965

Praktijk team Geel

☎ 06 51593438

Praktijk Medimere

☎ 06 22869260

Praktijk Vida Verloskunde

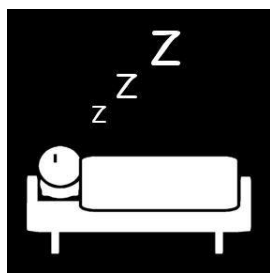
☎ 06 13186196

Verloskundige Praktijk de Lelie

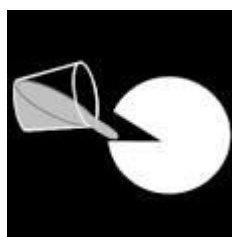
☎ 06 13913038

`t kleine Wonder Verloskundig praktijk

☎ 0320 331373



22:00 - 10:00 uur: niet eten en niet drinken



08:00 uur
bloed prikken
suikerdrankje



2 uur
geen activiteit



10:00 uur
bloed prikken



Na de test: eten en drinken

