

H<sub>2</sub>-Atemteste sind sehr elegante, sichere und wenig belastende Untersuchungen um **Verdauungsstörungen** von Nahrungsbestandteilen im Dünndarm nachzuweisen bzw. auszuschließen.

Bestimmte, v. a. mit der Nahrungsaufnahme in Zusammenhang stehende Beschwerden im Bereich des Gastrointestinaltraktes (z. B. Bauchschmerzen, Blähungen, Stuhlnunregelmäßigkeiten, Völlegefühl, Übelkeit) können durch eine **gestörte Verdauung zuckerhaltiger Nahrungsmittel** (Laktose = Milchzucker, Fruktose = Fruchtzucker, Saccharose = Haushaltszucker, Sorbit = Zuckeraustauschstoff / Süßstoff) im Dünndarm bedingt sein

Bei ungestörter Dünndarmfunktion werden o. g. Zucker vollständig vom Körper aufgenommen (resorbiert). Bei Funktionsstörungen im Bereich des Dünndarms können diese Substanzen u. U. nicht aufgenommen werden und gelangen so in den Dickdarm, wo sie dann von Bakterien zersetzt werden. Die hierbei entstehenden Stoffwechselprodukte (u. a. Fettsäuren und CO<sub>2</sub>) können zu oben genannten Beschwerden führen.

Der ebenfalls bei der bakteriellen Verstoffwechslung der Zucker im Dickdarm entstehende **Wasserstoff (H<sub>2</sub>)** wird vom Körper aufgenommen und über die Lunge abgeatmet. Die Wasserstoffkonzentration in der Ausatemluft kann dabei mittels spezieller Geräte gemessen werden und erlaubt so eine Beurteilung entsprechender Verdauungsstörungen.

Zudem ist es mittels dieses Testverfahrens möglich, weitere Ursachen für Bauchbeschwerden wie eine Besiedlung des Dünndarms mit falschen Bakterien (bakterielle Dünndarmfehlbesiedlung, H<sub>2</sub> – Atemtest Glukose) oder einen beschleunigten bzw. verlangsamten Transport der Nahrung durch den Dünndarm (H<sub>2</sub> – Atemtest Laktulose) nachzuweisen.

Um den Atemtest in sinnvoller Weise und mit einer aussagekräftigen Beurteilung durchführen zu können, müssen Sie in den Tagen zuvor einige **Verhaltensmaßnahmen** beachten. Entsprechende Informationen dazu finden Sie [hier \(download\)](#).