

# Vorbereitung H<sub>2</sub> – Atemtest

(Laktose, Fruktose, Saccharose, Sorbit)



Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

um die Ursache Ihrer Beschwerden genauer feststellen zu können, soll bei Ihnen ein **H<sub>2</sub> – Atemtest** auf das Vorliegen einer **Laktoseunverträglichkeit** (Milchzuckerunverträglichkeit), **Fruktoseunverträglichkeit** (Fruchtzuckerunverträglichkeit), **Saccharoseunverträglichkeit** (Haushaltszuckerunverträglichkeit) oder **Sorbitunverträglichkeit** (Zuckeraustauschstoffunverträglichkeit) durchgeführt werden. Diese Untersuchung ist für Sie ungefährlich.

Um den Atemtest in sinnvoller Weise und mit einer aussagekräftigen Beurteilung durchführen zu können, müssen Sie in den Tagen zuvor folgenden **Verhaltensmaßnahmen** beachten.

## Zwei Wochen vor dem Atemtest

**Keine** Einnahme von **Antibiotika**. Zudem darf in dieser Zeit bei Ihnen **keine Röntgenuntersuchung mit Kontrastmittel** und **keine Darmspiegelung** durchgeführt werden.

## 3 Tage vor dem Atemtest

**Keine** Einnahme von **Medikamente mit Wirkung auf den Magen - Darmtrakt** (z. B. Abführmittel, Mittel gegen Übelkeit / Erbrechen oder Bauchkrämpfe, Mittel zur Reduzierung der Magensäure).

## Am Vortag des Atemtests

Am Tag vor dem Atemtest **dürfen** Sie **Fleisch, Wurst und Fisch** (jeweils gebacken, gekocht oder gegrillt jedoch ohne Panade), **Eier** (gebacken, gekocht) und **grünen Salat** (Essig – Öl – Dressing) essen sowie **Wasser oder ungesüßten Tee** trinken.

**Nicht konsumiert werden dürfen Kohlenhydrat-** (z. B. Weißbrot, Teigwaren) und **ballaststoffreiche** (z. B. Vollkornnudeln, Vollkornbrot, Kartoffeln, Hülsenfrüchte) **Nahrungsmittel** sowie **Milch- und Fruchtprodukt**.

Die letzte Mahlzeit sollte spätestens 12 Stunden vor dem Untersuchungstermin eingenommen werden.

## Am Tag des Atemtests

Am Morgen des Untersuchungstages sowie während der Untersuchung dürfen Sie **nicht essen und trinken** (Ausnahme: kohlenstofffreies Wasser), **kein Kaugummi kauen** sowie **nicht rauchen**. Vor der Untersuchung sollten sie Ihre **Zähne gründlich ohne Zahnpasta reinigen**. Auch sollten **keine Mundspülungen** erfolgen. Eine Stunde vor sowie während der Untersuchung dürfen Sie sich **körperlich nicht anstrengen**.

Zu Beginn des Atemtests werden Sie eine Zuckerlösung (Laktose, Fruktose, Glukose, Laktulose oder Sorbit) zu trinken bekommen. Vor und nach dem Trinken der Zuckerlösung wird **alle 30 Minuten** die Wasserstoffkonzentration (H<sub>2</sub>) in Ihrer **Atemluft gemessen**. Für den gesamten Test müssen Sie einen **Zeitraum von ca. 3 – 4 Stunden** einplanen. Während der Untersuchung kann es unter Umständen zu **Beschwerden** wie Übelkeit, Bauchschmerzen, Blähungen oder Durchfall kommen. Sollte dies auftreten, so müssen Sie uns unbedingt darüber informieren, da es zur Beurteilung des Testergebnisses wichtig ist.

Sollten Sie den vereinbarten **Termin nicht wahrnehmen können**, sagen Sie bitte im Interesse anderer Patienten diesen mindestens **3 Tage** vorher ab, damit wir den Termin neu vergeben können.

Für weitere **Fragen** stehen wir Ihnen gerne jederzeit zur Verfügung (Telefon: 06021 / 20252).

Ihr Praxisteam