

Vorbereitung zum H₂-Atemtest

Termine:

1. Laktose

2. Fruktose

3. Sorbit

Sehr geehrter Patient, sehr geehrte Patientin,

Bei Ihnen ist ein Wasserstoff-Atemtest geplant. Nach entsprechender Vorbereitung (s.u.) werden Sie den Zuckerstoff (z.B. Laktose), gegen den eine Intoleranz bei Ihnen vermutet wird, als Lösung trinken und danach wiederholt Atemproben abgeben, in denen der Wasserstoffgehalt Ihrer ausgeatmeten Luft gemessen wird. Der Test dauert bis zu 3 Stunden, und Sie müssen damit rechnen, dass dabei Verdauungsbeschwerden, Übelkeit, Brechreiz, Durchfall, Blähungen, Kopfschmerzen auftreten können, wenn die Intoleranz nach der gesucht wird, gefunden wird.

Damit der Test durchführbar ist, sind folgende Punkte zu beachten:

- 4 Wochen vorher keine Darmspiegelung
- 4 Wochen vorher keine H₂-Blocker (säurehemmende Medikamente, deren Wirkstoff auf -tidin endet, wie z.B. Ranitidin oder Cimetidin)
- 2 Wochen vorher keine Protonenpumpenhemmer (säurehemmende Medikamente der Wirkstoff auf -prazol endet, wie z.B. Pantoprazol oder Omeprazol)
- 1 Woche vorher keine Einnahme von Kontrastmitteln

Einen Tag vor der Untersuchung:

Nahrungsmittel können den Test erheblich verfälschen oder undurchführbar machen.

Bis 8 Uhr dürfen Sie ein normales Frühstück einnehmen.

Danach gilt:

- Keine Kohlenhydrate, wie z.B. Nudeln, Brot, Kartoffeln, Hülsenfrüchte, Reis
- Keine Fette oder fettige Lebensmittel wie z.B. Sonnenblumenöl, Butter
- Kein Zucker, Süßstoff, Honig, Süßigkeiten, gesüßte Getränke oder Kaugummi
- Kein Obst
- Keine blähenden Lebensmittel: Vollkornprodukte, Rohkost, Zwiebelgemüse, Kohlgemüse, Erbsen, Bohnen oder Linsen
- Keine ballaststoffhaltigen Produkte: Müsli, Vollkornprodukte, Leinsamen, Nüsse
- Keine Fertigprodukte, in denen Laktose verarbeitet ist, z.B. Tütensuppen
- Keine Milchprodukte wie Milch, Frischkäse, Joghurt
- Kein Alkohol
- Kein Arbeiten mit Farben oder Lacken
- Letzte Mahlzeit bis 18 Uhr, ab dann auch nicht mehr rauchen! Nur noch stilles Wasser ist erlaubt.

Bitte wenden →

Am Morgen der Untersuchung nüchtern bleiben!

- Nicht essen
- Nicht trinken
- Nicht rauchen
- Medikamente erst nach dem Test einnehmen
- Keine Kaugummis
- Zähne **OHNE** Zahnpasta putzen
- Kein Mundwasser
- Gebrauch von unbeschichteter Zahnseide ist erwünscht
- Kein Parfüm
- Kein Lippenstift
- Keine körperliche Anstrengung 2 Stunden vor dem Test

Die aktuelle Höhe der Selbstbeteiligung (€) erfragen Sie bitte in der Praxis.

Vielen Dank für Ihr Verständnis!

Ihr Praxisteam