

Vorbereitung für den H₂-Atemtest

(zur Diagnose von Laktose-, Fruktose-, und Sorbitunverträglichkeit)

Liebe Patienten,
um das Ergebnis der Untersuchung richtig beurteilen zu können, sind einige Maßnahmen vor und während des Tests zu beachten:

4 Wochen vorher:

- kein Antibiotika
- keine Darmspiegelung
- keine Röntgenuntersuchungen des Darms mit Kontrastmittel

1 Woche vorher:

- kein Abführmittel (z.B. Dulcolax, Laktulose)

3 Tage vorher:

- keine Füll- und Quellstoffe (Flohsamenschalen, Leinsamen, Bohnen, Linsen, etc.)
- keine Durchfall-Medikamente (z.B. Imodium)

1 Tag vorher:

- Mittagessen:
erlaubt: Fleisch oder Fisch (gegrillt oder gebraten), Weißbrot, Butter, Gemüse (gedünstet), Salat nur mit Essig und Öl angerichtet
nicht erlaubt: Kartoffeln, Nudeln, Reis oder Vollkornbrot
- Abendessen:
erlaubt: Rührei, Spiegelei, Weißbrot, Butter, grüner Tee, schwarzer Tee, Wasser, Kaffee
nicht erlaubt: Kräuter oder Früchte-Tee, Alkohol

12 Stunden vorher:

- nichts mehr essen und trinken (stilles Wasser in geringen Mengen ist erlaubt)

6 Stunden vorher:

- nicht rauchen
- keine schwere körperliche Arbeit

am Morgen des Untersuchungstages:

- Mund nur mit Wasser ausspülen
- nicht erlaubt: Zahnpasta, Mundspülung, Lippenstift/Pflegestift, Kaugummi, Bonbons

während des Tests:

- nicht essen und trinken

Die Testdauer beträgt ca. 3-4 Stunden. Bitte planen Sie ausreichend Zeit ein. Bringen Sie sich eventuell Lektüre und einen kleinen Imbiss mit. Bitte halten Sie diese Vorbereitungsregeln ein. Es kann sonst passieren, dass wir den Test nicht durchführen können.