

Vorbereitung für den H2-Atemtest

Die Untersuchung kann nur durchgeführt werden, wenn Sie sich korrekt vorbereitet haben (sonst ist bereits der Ausgangswert erhöht):

6 Wochen vorher:

Keine Magen-/Darminfekte
Keine Atemwegsinfekte
Keine Einnahme von Antibiotika

72 Stunden (3 Tage) vorher:

Medikamente absetzen, die die Verdauung hemmen oder fördern bzw. die Aufnahme von Medikamenten fördern (z.B. Paspertin, MCP, Propulsin) oder die Magensäure blockieren, z.B. Protonenpumpenhemmer

keine Untersuchung wie eine Darmspiegelung oder Röntgen mit Dünndarm-Kontrast Selink bzw. oder starken Abführmaßnahmen.

keine Quell- oder Füllstoffe, z.B. Weizenkleie, Flohsamen, Mucofalk, Leinsamen, Pektin und Guar nicht bei akutem Durchfall

24 Stunden (1 Tag) vorher:

keine kohlenhydratreichen Mahlzeiten, wenig Nudeln, Brötchen, Süßes (z.B. Kuchen, Plätzchen)

keine blähenden Speisen (z.B. Bohnen, Kohl, Zwiebel usw.)

keine Mundspülung und Gurgeln mit antiseptischer Lösung bei Infektionen im Mund-Nasen-Hals-Rachenbereich sowie sanierungsbedürftigem Gebiss.

12 Stunden vorher:

kein Nikotin
keine Flüssigkeiten
keine feste Nahrung (= nüchtern), - keine Süßigkeiten
morgens vor der Untersuchung bitte Zähne **nicht** putzen + keine Mundspülung

Verhalten während des H2-Atemtests:

keine körperliche Anstrengung
nicht rauchen
nicht essen und trinken bis der Test vollständig abgeschlossen ist.

Wichtig:

Durchführung des Lactose- und Fructosetests an 2 unterschiedlichen Tagen
Es müssen mindestens 2 Tage dazwischen liegen
H2-Atemtest nicht am Tag der Gastroskopie bzw. Hohen Koloskopie durchführen, da Abführmittel Ergebnis verfälscht.

Dauer des H2-Atemtestts ca. 2 Stunden

