



Vorbereitung zum H₂-Atemtest

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

für einen Wasserstoff-Atemtest (H₂-Atemtest) müssen Sie einen Vormittag in unserer Praxis einplanen, da nach Erfassen eines Ausgangswertes und Einnahme der Laktose, Fruktose oder Glukose bis zu drei Stunden lang alle 30 Minuten eine Messung der Wasserstoffkonzentration in der Ausatemluft vorgenommen wird.

Der Test ist frühestens vier Wochen nach einer antibiotischen Behandlung und zwei Wochen nach einer Darmreinigung oder Röntgenuntersuchung mit oralem Kontrastmittel, wie z.B. einer Computertomographie, durchführbar.

An den zwei Tagen vor der Untersuchung

vermeiden Sie bitte bis zur Untersuchung die folgenden Nahrungsmittel, sie führen auch bei Gesunden zu Gärungsprozessen im Dickdarm und damit zu einer Verfälschung der Messergebnisse:

- Gemüse
- Salat
- Vollkornprodukte und Müsli
- Leinsamen und Kleie
- Obst
- Milchprodukte
- Gezuckertes oder Süßigkeiten (v.a. auch Süßstoff)
- Säfte und alkoholische Getränke

Unbedenklich dagegen sind

- Weißbrot und -brötchen
- Reis, Kartoffeln, Nudeln
- Fleisch und Fisch
- Eier
- Nüsse
- Margarine, Fette und Öle
- Milchersatz wie Reis-, Hafer- und Sojamilch
- Wasser, Tee, Kaffee

Am Vortag der Untersuchung

essen Sie bitte ab 18:00 Uhr nichts mehr, trinken sollten sie ausschließlich Wasser ohne Kohlensäure. Bis zur Untersuchung sollten Sie auch nicht mehr rauchen, keinen Kaugummi kauen und kein Bonbon lutschen.

Am Tag der Untersuchung

essen Sie bitte bis zur Untersuchung weiterhin nichts und trinken ausschließlich Wasser ohne Kohlensäure. Medikamente können Sie bis auf Vitaminpräparate, Abführmittel oder Antibiotika mit einem Schluck Wasser einnehmen. Ihre Zähne putzen Sie am besten nicht. Wenn Ihnen das zu unangenehm ist, dann bitte ohne Zahnpasta. Falls Sie eine Zahnprothese tragen, sollten Sie jetzt keine Haftcreme verwenden.

Sehr selten kommt es vor, dass trotz genauer Vorbereitung der Ausgangsmesswert der Wasserstoffkonzentration in der Ausatemluft zu hoch ist. Dann muß der Test leider an einem anderen Termin wiederholt werden.