

Vorbereitung für den H2-Atemtest

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient, bei Ihnen soll eine Funktionsprüfung mit einem Atemtest durchgeführt werden.

Das Prinzip des H₂-Atemtests beruht auf der Bildung von Wasserstoff durch den bakteriellen Abbau eines zugeführten Zuckers im Magen-Darm-Trakt. Wird ein Zucker nicht richtig verdaut oder befinden sich Bakterien im Dünndarm, so wird Wasserstoff gebildet, der über das Blut in die Atemluft gelangt.

Die Wasserstoffkonzentration (H₂) kann mit einem kleinen Messgerät in der Atemluft gemessen werden.

Je nach verwendetem Zucker können Aussagen zur Milchzuckerunverträglichkeit (Laktosetest), Fruchtzuckerunverträglichkeit (Fruktosetest), Sorbitunverträglichkeit (Sorbittest), einer Keimbesiedlung des Dünndarms (Glukosetest) gemacht werden. Zu Beginn der Untersuchung trinken sie 250 ml der jeweiligen Zuckerlösung. Danach wird jeweils nach 30 Minuten ein Atemtest durchgeführt.

H₂-Atemtest zur Untersuchung folgender Störungen

- **Milchzuckerunverträglichkeit (Laktoseintoleranz)**
- **Fruchtzuckerunverträglichkeit (Fruktoseintoleranz)**
- **Bakterielle Fehlbesiedlung**

Die jeweiligen Untersuchungen dauern zwischen 2-3 Stunden

Eine gute **Vorbereitung** ist sehr wichtig und vermeidet unnötige und zeitaufwendige Wiederholungsuntersuchungen.

Wochen bis Tage vor der Untersuchung:	Vorbereitung einen Tag vor der Untersuchung:	Vorbereitung am Tag der Untersuchung:
<p>14 Tage vor der Untersuchung sollten Sie keine Antibiotika einnehmen</p> <p>3 Tage vor der Untersuchung sollten Sie folgende Medikamente nicht einnehmen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Protonenpumpenhemmer (z.B. Omeprazol, Pantozol, Nexium, Esomeprazol, Antra) • Probiotika (z.B. Symbioflor, Mutaflor, Colibiofen etc.) • Antacida (z.B. Maaloxan, Riopan, Ulcogant) • Medikamente gegen Durchfall (z.B. Immodium, Loperamid, Colina etc.) 	<p>Verzichten Sie auf kohlenhydratreiche Nahrungsmittel und Süßigkeiten</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zu bevorzugen sind: Reis, Ei, Omelett, Fleisch, Fisch, Gemüse, Salat. • Zu vermeiden sind: Pizza, Nudeln, Brot, Müsli, Hülsenfrüchte, Süßigkeiten, blähende Speisen. <p>Ab 17:00 müssen Sie nüchtern bleiben, also nichts mehr essen.</p> <p>Trinken ist bis 23.00 h möglich</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stilles Wasser • Schwarzer Kaffee oder Tee, ohne Zucker oder Süßstoff 	<ul style="list-style-type: none"> • Nüchtern bleiben (nicht essen, nicht trinken) • Nicht rauchen • Keine Zähne putzen, oder Mundspüllösung verwenden • Kein Kaugummi kauen

Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.
Mit freundlichen Grüßen.
Ihr Praxisteam.