

Zucker-Unverträglichkeitstest (H2-Atemtest)

Liebe Patientinnen und Patienten,

*der bei Ihnen geplante H2-Atemtest ist sehr aussagekräftig und hilfreich für die Beurteilung verschiedener Krankheiten und Beschwerden des Verdauungstraktes. **Er dauert etwa 3 Stunden.** Bringen Sie Geduld und auch etwas zum Zeitvertreib im Wartezimmer mit (Bücher, Zeitung, Kreuzworträtsel, MP3-Player, Laptop etc.)*

Das Testprinzip: *Bei der Passage nicht resorbierbarer Kohlenhydrate in den Dickdarm (Kohlenhydrate, die nicht in das Blut aufgenommen werden) resultiert bei den meisten Individuen durch bakterielle Verdauungsprozesse eine Wasserstoffproduktion. Dieser Wasserstoff gelangt vom Darm in das Blut und von dort wieder in die Ausatemluft.*

Beim H2-Atemtest wird dann die Ausatemluft im nüchternen Zustand vor und nach Einnahme einer Testsubstanz in regelmäßigen Abständen von 15 Minuten 3 Stunden gemessen. Antibiotika verändern die Darmflora. Sollten Sie z.Z. Antibiotika einnehmen, vereinbaren Sie bitte einen Termin frühestens für 4 Wochen nach Beendigung der Antibiotikatherapie.

Bei zu hohen, verfälschten Ausgangswerten kann der Test nicht durchgeführt werden.

Eine gute Vorbereitung ist uns daher in Ihrem Interesse sehr wichtig und vermeidet unnötige und für Sie zeitaufwendige Wiederholungsuntersuchungen. Lesen Sie bitte daher die folgende Anleitung und beachten auch den folgenden organisatorischen Hinweis.

Nach Beendigung des Testes, werden Ihre Aufzeichnungen von unserem ärztlichen Team ausgewertet und als Befundbrief an Sie und Ihren Hausarzt verschickt. Dies kann bis zu 10 Tage dauern. Dazu erhalten Sie eine Empfehlung für die weitere Therapie.

Lesen Sie nun alles über die Vorbereitung des Testes durch!

Vorbereitung:

4 Wochen vorher	<ul style="list-style-type: none"> • Keine Antibiotikaeinnahme • kein Fasten • keine Darmspiegelung oder Kontrastmitteluntersuchung
1 Woche vorher	<ul style="list-style-type: none"> • keine Magen-Säureblocker (z.B. Omeprazol, Pantoprazol)
3 Tage vorher	<ul style="list-style-type: none"> • Keine Probiotika (z.B. Symbioflor®, Mutaflor®, Colibiogen® etc.)
2 Tage vorher	<ul style="list-style-type: none"> • Keine Prokinetika (z.B. Metoclopramid, Gastrosil®, Domperidon, Motilium®, Resolor®)
1 Tag vorher	<p>Am Tag vor dem Test vermeiden:</p> <p>Blähende und schwer verdauliche Lebensmittel:</p> <p>Bohnen, Linsen, Erbsen Kohl (z. B. Weißkohl, Brokkoli, Rosenkohl) Zwiebeln, Lauch, Knoblauch Paprika, Mais</p> <p>Früchte und Fruchtsäfte:</p> <p>Äpfel, Birnen, Trauben, Pflaumen, Kirschen, Wassermelone Fruchtsäfte, Smoothies</p> <p>Süßigkeiten und zuckerhaltige Produkte:</p> <p>Schokolade, Bonbons, Kaugummi, Kuchen, Gebäck, Marmelade Honig, Agavendicksaft, Sirup</p> <p>Getränke:</p> <p>Softdrinks (z. B. Cola, Fanta) Energy-Drinks Alkohol (besonders Bier und Wein)</p> <p>Milchprodukte (vor allem bei Laktose-Test):</p> <p>Milch, Joghurt, Quark, Sahne, Käse (insbesondere Frischkäse)</p>
Was darf ich noch essen	<ul style="list-style-type: none"> • Weißbrot oder Brötchen ohne Körner (in Maßen) • Reis, Kartoffeln, Nudeln ohne Soße (in Maßen) • Gekochtes Gemüse wie Karotten oder Zucchini • Helles Fleisch ohne Panade oder Soße • Stilles Wasser

	<p>Ein Beispiel Frühstück bis 10:00 Uhr:</p> <p>helles Brötchen oder Weizenmischbrot, wenig Butter oder Margarine, Geflügelwurst oder fettarmer Käse</p> <p>Ein Beispiel-Mittag-/Abend-Essen bis 17:00 Uhr,</p> <p>Reis oder Kartoffeln (salzen erlaubt), mageres Fleisch ohne Sauce, gedünstete Karotten</p> <p><u>Ab 17:00 Uhr müssen Sie nüchtern bleiben, also nichts mehr essen!!!!</u></p> <p>Trinken ist bis 23.00 Uhr möglich (stilles Wasser, schwarzer Kaffee oder Tee ohne Zucker, Süßstoff, Honig, Milch)</p>
12 Stunden vorher	<ul style="list-style-type: none"> • Keine Antacida (z.B. Maaloxan®, Riopan®, Sucralfat) • Keine Medikamente gegen Durchfall (z.B. Loperamid, Colina® etc.) • Nikotinverzicht
Am Untersuchungstag	<ul style="list-style-type: none"> • Absolut nüchtern, nicht essen und trinken • Kein Zähneputzen oder mit sorbitfreier Zahnpasta z.B. von Weleda Sole, Meridol Prodont Expert oder Ajona Stomaticum

Wenn Sie am Testtag ins Haus kommen, gehen Sie bitte zur Patientenaufnahme, zeigen Ihren Überweisungsschein und Ihre Krankenversicherungskarte. Bei allen weiteren Tests in Folge ist diese Anmeldung dann nicht mehr nötig.

Im Anschluss daran kommen Sie zur Ebene 2, klingeln an unserem Aufnahmebüro der Endoskopieabteilung und nehmen im Wartebereich A Platz. Wir rufen Sie dann zeitnah auf!

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Endoskopieteam der Fílderklíník

PS: Es ist ebenso möglich, bei uns einen sogenannten SIBO-Test mit Glukose und Lactulose durchzuführen. Sprechen Sie mit Ihrer beratenden Ärztin oder Ihrem Arzt und machen gerne im Sekretariat der Innere Medizin entsprechende Termine dafür aus.