



INFORMATION - H2 Atemtest

Vorbereitung

Bitte beachten sie unbedingt folgende Hinweise und Vorbereitung zum H2-Atemtest, damit ihr Testergebnis zuverlässig und korrekt ausgewertet werden kann:

Folgende Medikamente/Stoffe dürfen vor der Untersuchung nicht eingenommen werden:
Antibiotika für 4 Wochen. Darmreinigende Medikamente (z.B. Lavagelösung zur Coloskopie), trinkbares Kontrastmittel (z.B. für radiologische Untersuchungen) oder Testzuckerlösungen (H2-Atemtest) für 2 Wochen. Magensäurehemmende Medikamente für 10 Tage (z.B. Pantozol, Omep). Medikamente, die die Magen-Darmbeweglichkeit beeinträchtigen (z.B. Paspertin, Immodium, Motilium), sollten 1 Tag vor der Untersuchung gemieden werden.

Ernährung:

Am Vortag der Untersuchung sollten sie ihre Ernährung umstellen.

Wir empfehlen z.B. Brot mit dünn aufgestrichener Butter mit Käse oder Schinken, Rührei mit Brot oder etwas Müsli mit laktosearmer Milch/Joghurt mit Beerenfrüchten. Erlaubt sind auch gekochte Kartoffeln, Nudeln oder Reis mit Hähnchen oder Kalbfleisch und gedämpftem/gekochtem Gemüse (Tomaten, Spinat, Kürbis, Möhre, Fenchel). Salz und Pfeffer sind erlaubt. Auch Tee und Kaffee sind kein Problem.

Verzichten sollten sie auf blähende (Zwiebeln, Knoblauch, Hülsenfrüchte) oder ballaststoffreiche Nahrungsmittel wie Vollkornprodukte oder rohes Gemüse. Auch stark fruktose- (Fruchtsäfte, Trockenobst, Kernobst, Honig) oder laktosehaltige Lebensmittel (Joghurt, Milch, Frischkäse) sollen gemieden werden. Alkohol oder Süßigkeiten oder andere Süßungsmittel sollten nicht konsumiert werden.

Am Vorabend der Untersuchung dürfen sie ab 18 Uhr nichts mehr essen und bis zum Morgen der Untersuchung nur noch stilles Wasser trinken. Bitte ab 22 Uhr nicht mehr Rauchen, keine Bonbons lutschen oder Kaugummis kauen.

Durchführung

Sie kommen am Untersuchungsmorgen nüchtern in die Praxis. Der H2-Atemtest dauert ca. 1,5 Stunden. Zunächst geben sie eine Atemprobe als Ausgangswert ab. Hierfür blasen sie möglichst gleichmäßig und lange in ein Meßgerät. Danach erhalten sie eine Testlösung mit dem zu untersuchenden Zucker (Laktose oder Fruktose) zum Trinken. Erneute Atemproben werden danach auf den Wasserstoffgehalt (H2) der Ausatemluft untersucht. Während der gesamten Testdauer dürfen sie nichts essen, rauchen oder Kaugummis kauen und sollten körperliche Aktivitäten (z.B. Treppensteigen) meiden. Am besten bringen sie sich etwas zum lesen oder arbeiten mit und nehmen in unserem Wartezimmer Platz.

Untersuchungsergebnis

Der Bericht mit dem Testergebnis wird an ihren Hausarzt geschickt, der diesen mit ihnen bespricht. Bitte vereinbaren sie hierfür einen Termin in ihrer Hausarztpraxis.

Für weitere Fragen dürfen sie sich gerne an uns wenden.

Ihr Praxisteam