



Hinweise zur Vorbereitung für einen H₂-Atemtest

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie haben sich entschieden, in den nächsten Tagen wegen einer möglichen Nahrungsmittelunverträglichkeit einen H₂-Atemtest bei uns durchführen zu lassen.

Der Test dauert ca. 2 (selten 3) Stunden. Zur Messung müssen Sie lediglich in ein Gerät pusten. Zunächst wird eine Nüchtern-Probe aus der Ausatemluft entnommen. Danach erfolgt die Gabe eines Testzuckers (Milchzucker, Fruchtzucker, Zuckeraustauschstoff, Traubenzucker oder Laktulose). In vorgegebenen Zeitabständen werden danach Kontrollmessungen vorgenommen. Bei Unverträglichkeit des Stoffes kann es zu Bauchschmerzen, Blähungen und ggf. Durchfall kommen, mit weiteren Beschwerden ist nicht zu rechnen.

Sie sollten zur optimalen Aussagekraft folgendes beachten:

- ∅ **Letzte Mahlzeit am Vortag bis 19 Uhr. Danach bitte nicht mehr rauchen, keinen Alkohol trinken, ebenso keine Bonbons lutschen oder Kaugummi kauen. Morgens bitte auch keine Zähne putzen.** Ansonsten ist die Untersuchung nicht ausreichend aussagekräftig.
 - **Wasser ohne Kohlensäure** kann jederzeit weiter getrunken werden auch während der Untersuchung.
 - Ihre Zucker-(Diabetes-) **Medikamente** sollen Sie nehmen (Tabletten, Langzeitinsulin), ebenso Ihre Blutdruckmedikamente. Weitere Tabletten sprechen Sie bitte ab, **vor allem aber nehmen Sie bitte keine Magen-Darm-Medikamente ein** (Säureblocker, Tabletten gegen Übelkeit, pflanzliche alkoholhaltige Tropfen usw.).
 - Am Untersuchungstag kommen Sie bitte nüchtern.
- ∅ Bitte meiden Sie am Vorabend ballaststoffreiches (z.B. Vollkornprodukte) und kohlehydratreiches Essen (z.B. Pizza, Hamburger, Nudeln, Reis etc.)
- ∅ Vor der Untersuchung dürfen Sie **2 Wochen keine Antibiotika** eingenommen haben, auch **bis 2 Wochen nach einer Darmreinigung oder nach einer Darmspiegelung** ist die Untersuchung nicht aussagekräftig.
- ∅ Wenn Sie morgens zu uns kommen, vermeiden Sie körperliche Anstrengung (schnelles Laufen, Treppensteigen). Benutzen Sie bitte den Aufzug in unser MVZ.
- ∅ **Zum Schluss noch eine wichtige Bitte:** Falls Sie den Termin nicht einhalten können oder sich anders entscheiden, sagen Sie den Termin bitte rechtzeitig ab! So haben andere Patienten die Möglichkeit, einen früheren Termin zu erhalten.

Weitere Fragen beantworten wir Ihnen gerne persönlich oder telefonisch. Gerne können Sie sich für die Dauer der Untersuchung ein Buch oder Ähnliches als Zeitvertreib mitbringen.

Ihr Team vom MVZ Innere Medizin in Lichtenfels