

Vorbereitung für den H2 Atemtest und Testablauf



4 Wochen vorher:

- Keine Darmreinigung, Darmspiegelung
- Keine Antibiotika

72h vorher

- Medikamente absetzen, die die Verdauung beeinflussen z.B. (Paspertin, Immodium, Enterobene, Motilium...)
- Keine Abführmittel nehmen
- Keine Hemmer der Magensäure „Magenschutz“ (Pantoprazol, Omeprazol, Esomeprazol, ...prazol, Ranitidin, ...tidin)
- Keine Nahrungsergänzungsmittel
- Keine Quellmittel wie z.B. Flohsamenschalen, Kleie, Leinsamen

24h vorher

- Keine ballaststoffreichen Mahlzeiten (Körner, Cerealien, Nüsse)
- Keine blähenden Speisen (Zwiebel, Lauch, Knoblauch, Kohl, Kraut, Bohnengemüse)
- Keine Mundspülung
- Keine Aufnahme der zu prüfenden Substanz (z.B. keine Fruktose bei Fruktoseatemtest, Milchprodukte vor Laktosetest oder Fertigprodukt, Früchte, Kaugummi... bei Sorbittest)

14h vorher: **nüchtern!**

- Nicht rauchen
- Nur Wasser (keine anderen Flüssigkeiten)
- Keine feste Nahrung
- Medikamente können eingenommen werden mit Leitungswasser, Ausnahme: die oben genannten Wirkstoffe
- Keine Haftmittel bei Prothesenträger
- 2h vor dem Test können Sie Zähneputzen, ansonsten ohne Zahnpasta
- Am Morgen des Untersuchungstags sollte ein Glas heißes Wasser getrunken werden

Beispiele für Mahlzeitengestaltung am Tag vor der Untersuchung

- Frühstück: Weißbrot, Butter, Marmelade (1 EL ist erlaubt), Schinken/ Wurst, Kaffee (mit laktosefreier Milch), Tee (ungesüßt, bei Bedarf wenig Haushaltszucker verwenden)
- Mittagessen: klare Suppe mit Einlage (Nudeln, Schöberl, Eintopf), Fleisch- oder Fischgericht (natur) mit kleiner Sättigungsbeilage und wenig gedünstetes Gemüse, kein Dessert
- Abendessen: kleine Abendmahlzeit bis spätestens 18:00 Uhr, Weißbrot mit Schinken/Wurst, Käse, Rührei/ weiches Ei, ohne rohe Garnitur (Essigurkerl, gekochte Karotten sind ok)

Ablauf:

- Messung des Ausgangswertes im Sitzen, Einatmen 15 Sekunden Luft anhalten und dann langsam und vollständig ausatmen.
- Trinken der Testlösung
- Testdauer ca. 2,5h
- Während des Tests kann es zu Blähungen, Durchfall, Kopfschmerzen, Sobrennen, Aufstoßen kommen. Bitte melden Sie diese Beschwerden.
- Körperliche Aktivität (z.B. Spazierengehen) zwischen den Messungen kann das Ergebnis verfälschen.
- Nach dem Test erfolgt die Auswertung- evt wird ein Termin zur Befundbesprechung vereinbart

Kosten: 70 € pro Test, die Leistung kann bei der Krankenkasse eingereicht werden.

Die Rückererstattung ist nicht gewährleistet aber teilweise möglich.