

# Vorbereitung zur H<sub>2</sub> - Atemtestuntersuchung

## Fructose / Lactose / Sorbit

Termin am \_\_\_\_\_ für Frau/Herrn \_\_\_\_\_ in der

### Internistische Gemeinschaftspraxis

Drs. med. M. Scholz, Dr. med. M. Schöfer, S. Kvin, Dr.med. M. Bürstell und Kollegen

Röntgenstr. 6-8, 63225 Langen, Tel.: 06103 3018200, Fax.: 06103 3018205

**Dieser Termin ist für Sie reserviert. Bitte kommen Sie pünktlich oder geben Sie rechtzeitig Bescheid, falls Sie diesen Termin nicht einhalten oder wahrnehmen können.**

### **Wie funktioniert der Atemtest?**

Bei Ihnen soll eine Untersuchung zur Beurteilung des Dünndarms mit einem Atemtest durchgeführt werden. Das Prinzip des H<sub>2</sub>-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 und über den Lungenkreislauf in die Atemluft gelangt.

Die Wasserstoffkonzentration (H<sub>2</sub>) kann mit einem kleinen elektrochemischen Messgerät in der Atemluft gemessen werden.

Je nach verwendetem Zucker können Aussagen zur Milchzuckerunverträglichkeit (Laktose- Test), Fruchtzuckerunverträglichkeit (Fructose- Test), Sorbit Unverträglichkeit (Sorbit- Test), und einer beschleunigten Dünndarmpassage (Laktose- Test) gemacht werden.

### **Wie ist der Ablauf dieser Untersuchung?**

Zu Beginn der Untersuchung atmen Sie tief über einen Mundstückadapter mit Ventil in einen handlichen Wasserstoff-Monitor, der die Wasserstoffkonzentration (H<sub>2</sub>) bestimmt.

Dies ist der Ausgangswert.

Bei einer Erhöhung des Wertes liegen Umstände vor, die mit einer Durchführung des Tests nicht vereinbar sind. Daher bitte die folgenden Vorbereitungen streng einhalten!

Sie erhalten dann ein Glas Flüssigkeit mit einem gelösten Zucker und sollten dies zügig austrinken. Anschließend wird in Zeitabständen von 30 Minuten in der Atemluft (in der letzten Portion!) erneut die Wasserstoffkonzentration gemessen. Sie blasen in das Mundstück (wie bei einer Flöte), bis der letzte Rest der Atemluft in das Mundstück gelangt. Die Untersuchung dauert mindestens zwei Stunden, da der getrunkene Zucker erst in den Dickdarm gelangen muss.

Gelegentlich können nach dem Test, auch mit zeitlicher Verzögerung, Beschwerden wie Blähungen oder Durchfall auftreten.

Am Ende der letzten Messung erhalten Sie ein Ergebnis.

# Vorbereitung zur H<sub>2</sub> - Atemtestuntersuchung

## Fructose / Lactose / Sorbit

### Wie bereiten Sie sich auf den H<sub>2</sub> Atemtest vor?

Damit der Test tatsächlich aussagekräftige Ergebnisse liefert, sind einige Verhaltensmaßnahmen notwendig:

#### Bis zu vier Wochen vor der Untersuchung:

Sie dürfen **in den letzten 4 Wochen keine Antibiotika** eingenommen haben oder eine **Darmreinigung** absolviert haben (z.B. Darmspiegelung oder Darmsröntgenuntersuchung).

#### Bis zu drei Tage vor der Untersuchung:

**3 Tage vor** der Untersuchung sind **Medikamente, die die Bewegungsabläufe** im Darm **hemmen oder fördern** (z.B. Imodium, Loperamid, Paspertin, Metoclopramid, Buscopan, Propulsin etc.), **abzusetzen**, aber auch **säurehemmende Mittel** wie Omep, Ome-Q, Omeprazol, Nexium, Pantozol, Pariet und Ranitidin.

#### Am Vortag sollten Sie:

1. Ab 17.00 Uhr nichts mehr essen!!
2. Die Ernährung sollte kohlehydratarm sein (keine Weißmehlprodukte wie z.B. Nudeln, Toastbrot, Kartoffeln, keine Hülsenfrüchte, Rosinen, Müsli mit trockenen Früchten oder Trockenpflaumen essen, auf Milch und Milchprodukte verzichten! (Bitte nur leichte Kost wie z.B. Gemüse- Suppe).
3. Ab 18:00 Uhr nicht mehr rauchen.

#### Am Tag der Untersuchung:

1. Ab morgens den ganzen Tag nichts mehr trinken (Ausnahme: kohlenstofffreies Wasser).
2. Keine Bonbons lutschen oder Kaugummi kauen.
3. Die Zähne sollen am Untersuchungsmorgen nur gründlich mit Wasser (**ohne Zahnpasta!**) geputzt werden, bitte benutzen Sie auch **keine Mundspüllösung!**
4. Bitte finden Sie sich am Untersuchungstag absolut nüchtern (**bitte auch nicht rauchen**) in unserer Praxis ein.
5. Der **Untersuchungsablauf wird 3 bis 4 Stunden** betragen, bringen Sie sich evtl. etwas zum Lesen mit.

#### Während der Untersuchung:

1. Während der zweistündigen Untersuchung ist körperliche Aktivität zu meiden.
2. Auch während der Untersuchung muss Nikotinkarenz eingehalten werden.
3. Die Einnahme von Speisen und Getränken ist erst möglich, wenn der Test komplett durchgeführt ist.

Mit freundlichen Grüßen  
Ihr Praxisteam