Vorbereitung für Atemtest

Bei Ihnen soll mit einem einfach durchzuführenden Atemtest abgeklärt werden, ob Sie eine Nahrungsmittelintoleranz oder eine bakterielle Fehlbesiedlung des Dünndarmes aufweisen.

Getestet wird	Aufwand	Termin	Ab dieser Uhrzeit nichts mehr essen
Laktose	2,5 Std.		
Fruktose	2,5 Std.		
Laktulose	4,0 Std.		
Sorbit	2,5 Std.		

Prinzip der Untersuchung

Normalerweise befindet sich in der Ausatmungsluft eines Menschen kein Wasserstoff. Es gibt aber Ursachen (z. Bsp. wenn verschiedene Zuckerarten im Dünndarm schlecht aufgenommen werden), bei denen als Folge Wasserstoff im Darm entsteht und anschliessend im Blut aufgenommen wird. Mit dem Blut gelangt der Wasserstoff in die Lungen und wird ausgeatmet. Der ausgeatmete Wasserstoff kann mittels dem sogenannten H2-Atemtest gemessen werden.

Vorbereitung

Die Untersuchung ist einfach und schmerzlos, aber auch störanfällig. Mit einer exakten Vorbereitung können Sie entscheidend dazu beitragen, dass aussagekräftige Resultate erhoben werden können.

Beachten Sie bitte folgende Hinweise:

- **4 Wochen** vor dem Test keine Antibiotika einnehmen;
- **4 Wochen** vor dem Test keine Darmspiegelung durchführen;
- **am Tag vor dem Test** sollten keine Zwiebel, Lauch, Knoblauch, Kohl-, Kraut- oder Bohnengemüse gegessen werden. Milch, Milchprodukte, Früchte und Fruchtsäfte sollten ebenfalls gemieden werden;
- **die letzte Mahlzeit am Tag vor dem Test** sollte lediglich aus einem Proteinlieferanten (Fleisch, Fisch, Eier oder Tofu) und Stärkelieferanten (Reis oder Kartoffeln) bestehen.
- **14 Stunden** vor der Untersuchung nüchtern bleiben. In dieser Zeit dürfen Sie ausser Wasser nichts trinken;
- **12 Stunden** vor der Untersuchung sollte nicht mehr geraucht und kein Kaugummi gekaut werden;
- **Medikamente** (mit Ausnahme von Vitaminen, Abführmitteln und Antibiotika) können mit reinem Wasser am Untersuchungstag eingenommen werden;
- **am Morgen des Untersuchungstages Zähne putzen**; Prothesenträger dürfen am Untersuchungstag kein Haftmittel verwenden.

Hochhaus Lindenhofspital | Bremgartenstrasse 119 | 3012 Bern
Telefon: +41 31 302 32 34 | Fax: +41 31 302 32 35 | info@magendarmsuisse.ch
www.magendarmsuisse.ch | GLN 7601002153294

Während der Untersuchung

Nach einer ersten „Nüchtern-Messung“ trinken Sie eine Lösung mit der zu testenden Zuckerart. Danach wird alle 30 Minuten ein Atemtest durchgeführt. Die Untersuchung dauert 2 ½ bis 4 Stunden. In dieser Zeit dürfen Sie nichts essen und trinken und nicht rauchen. Vermehrte körperliche Betätigung kann die Resultate verfälschen. Nehmen Sie etwas mit zum lesen. Das Auftreten von Symptomen wird aufgeschrieben. Die Beurteilung der Symptome ist ein wichtiger Teil der Diagnosestellung. Bei Vorliegen einer bestimmten Zuckerunverträglichkeit können durch den Atemtest kurzfristig Symptome wie Blähungen, Bauchdruck/ -krämpfe, Durchfall oder Übelkeit auftreten.

Nach der Untersuchung

Nach dem letzten Atemtest ist für Sie die Untersuchung beendet. Sie können sich wieder frei bewegen und essen. Bitte melden Sie sich bei uns, falls innerhalb von 24 Stunden noch Symptome auftreten.

© Gastroenterologische Praxis Balsiger, Seibold & Partner

Hochhaus Lindenhofspital | Bremgartenstrasse 119 | 3012 Bern
Telefon: +41 31 302 32 34 | Fax: +41 31 302 32 35 | info@magendarmsuisse.ch
www.magendarmsuisse.ch | GLN 7601002153294