Vorbereitung für Atemteste

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
Glukose	1.5 Std.		
Laktose	2.5 Std.		
Fruktose	2.5 Std.		
Laktulose	4.0 Std.		

Prinzip der Untersuchung

Normalerweise befindet sich in der Ausatmungsluft eines Menschen kein Wasserstoff. Es gibt aber Ursachen (z. B. 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 wir ausgeatmet. Der ausgeatmete Wasserstoff kann mittels des sogenannten H2-Atemtests gemessen werden.

Vorbereitung

Die Untersuchung ist einfach und schmerzlos, aber auch störanfällig. Mit einer exakten Vorbereitung können Sie entscheidend dazu beitragen, dass aussagekräftige Resultate erzielt 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** sollte keine Zwiebel, Lauch, Knoblauch, Kohl-, Kraut- oder Bohnen-Gemüse 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;
- **Alle Medikamente** (mit Ausnahme von Vitaminen, Abführmitteln und Antibiotika) können mit reinem Wasser am Untersuchungstag eingenommen werden.
- **am Morgen des Untersuchungstages** Zähne putzen wie gewohnt. Prothesenträger dürfen am Untersuchungstag kein Haftmittel verwenden.

Während der Untersuchung

Nach einer ersten «Nüchtern-Messung» trinken Sie eine Lösung mit der zu testenden Substanz. Danach wird alle 30 Minuten eine Messung der Atemluft durchgeführt. Die Untersuchung dauert 2.5 bis 4 Stunden. In dieser Zeit dürfen Sie nichts Essen, Trinken und nicht Rauchen. Vermehrte körperliche Betätigung kann die Resultate verfälschen. Nehmen Sie etwas zur Beschäftigung mit.
Es können durch den Atemtest kurzfristig Symptome wie Blähungen, Bauchdruck, Krämpfe, Durchfall oder Übelkeit auftreten. Das Auftreten von Symptomen wird protokolliert.

Nach der Untersuchung

Nach der Untersuchung können Sie wie gewohnt Essen und Trinken. Bitte melden Sie sich bei uns, falls innerhalb von 24 Stunden Symptome auftreten. Die Beurteilung dieser Beschwerden ist ein wichtiger Bestandteil zur Diagnosestellung.

© Gastroenterologische Praxis Intesto

Hochhaus Lindenhofspital | Bremgartenstrasse 119 | 3012 Bern
T 031 302 32 34 | F 031 302 32 35 | bern@intesto.ch
www.intesto.ch | GLN 7601002153294