

INTERNISTEN-PRAXIS BARDOWICKER TOR / LÜNEBURG

Dr. Hermann Doßmann / Dr. Jan Dreyer



Vorbereitung auf den H₂-Atemtest

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Bei Ihnen ist eine Untersuchung auf Laktose-, Fruktose- oder Sorbit-Intoleranz vorgesehen.

Diese Untersuchung kann bis zu drei Stunden dauern.

Zu Beginn der Untersuchung atmen sie tief über ein Mundstück mit Ventil in ein Messgerät, das die ausgeatmete Wasserstoffkonzentration (H₂) in der Atemluft bestimmt. Ist dieser Ausgangswert bereits erhöht (z.B. durch Rauchen oder Anstrengung wie Treppensteigen), kann der Test nicht durchgeführt werden!

Daher ist es wichtig, dass sie folgende vorbereitende Schritte genau einhalten:

4 Wochen vor der Untersuchung

keine Antibiotika-Einnahme

keine Darmreinigung (für Endoskopie oder Röntgenuntersuchung)

3 Tage vor der Untersuchung

keine Medikamente, die die Darmbewegung beeinflussen (z. B. Imodium®, Paspertin®, Metoclopramid, Buscopan®, Propulsin® etc.)

keine Medikamente, die die Magensäure hemmen (z. B. Omeprazol, Nexium®, Pantozol®, Ranitidin etc.)

Keine Probiotika (z.B. Symbioflor, Mutaflor, Lactobiogen etc.)

Bei Prothesenträgern: Keine Haftmittel

Bei bestehendem Atemwegsinfekt Termin bitte telefonisch absagen bzw. neu vereinbaren!

Am Vortag

kohlenhydratarme Ernährung (keine Trockenfrüchte, Müsli, Zwiebeln, Erbsen, Bohnen, Linsen, Kohl, Kartoffeln, Äpfel, frisches Brot, Vollkornbrot, Nudeln)

auf Milch und Milchprodukte verzichten

Essen können sie: Reis, Obst (außer Äpfeln), leichtes Gemüse (z. B. Karotten), Fisch oder Fleisch

Ab 18.00 Uhr nichts mehr essen, trinken (außer Wasser ohne Kohlensäure), rauchen, keine Bonbons oder Kaugummi

Am Untersuchungsmorgen

Zähne normal putzen. Im Gegensatz zu früheren Auffassungen ist Zahnpasta oder Mundwasser erlaubt.

Erlaubte Medikamente (ggf. Rücksprache) mit klarem Wasser einnehmen

Test entfällt bei akuten (!) Durchfallerkrankungen

Bitte trinken Sie morgens ein Glas möglichst heißes Wasser

Während der Untersuchung bis Testende

nicht rauchen

nicht trinken

nicht essen

keine *starke* körperliche Aktivität, nicht schlafen

Beschwerden des Kreislaufs oder Magen-Darm-Traktes, auch Stunden nach dem Test, bitte melden

Bitte beachten Sie, dass bei manchen Patienten während oder nach der Untersuchung **Durchfall** auftreten kann