

VORBEREITUNG H2 - ATEMSTOSSTEST

Folgende H2-Atemstoßtests werden in der Ordination angeboten:

- Laktose
- Fruktose
- Glukose
- Laktulose
- Sorbit

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient!

Zum problemlosen Ablauf und zur Erzielung eines optimalen Untersuchungsergebnisses sind einige Voraussetzungen notwendig:

Bis 4 Wochen vor der Untersuchung:

- Keine Darmspiegelung (Coloskopie), kein Darmröntgen (Irrigoskopie) und auch keine Darmspülung (Colon-Hydro-Therapie).
- Keine Antibiotika- oder Probiotikaeinnahme.

Bis 3 Tage vor der Untersuchung:

- Keine Medikamente die die Bewegungstätigkeit im Darm hemmen oder beschleunigen (Loperamid, Immodium, Buscopan, Paspertin,.....)
- Keine Medikamente die die Magensäure hemmen (Pantoprazol, Esomeprazol, Omeprazol, Lansoprazol, Ulcusan, Famotidin, Cimetidin, Antazida, Lactulose,Levolac,

An den 2 Tagen vor der Untersuchung:

Meiden Sie bitte zur Untersuchung die folgenden Nahrungsmittel - diese führen auch bei gesunden Menschen zu Gärprozessen im Darm und somit zu einer Verfälschung des Befundergebnisses:

- **Verboten:** Gemüse, Salat, Vollkornprodukte und Müsli, Leinsamen und Weizenkleie,

Erlaubt sind: Weißbrot und Brötchen, Reis, Kartoffeln, Nudeln, Fleisch und Fisch, Eier.

Am Vortag:

Nehmen Sie bitte die letzte Mahlzeit bis 17 Uhr ein. Danach müssen sie nüchtern bleiben. Bis 22 Uhr dürfen Sie Leitungswasser, stilles Mineralwasser oder ungesüßten Kräuter-, Schwarz- od. Grüntee trinken. Ab 18 Uhr nicht mehr rauchen. Essen Sie keine flüssigen Milchprodukte (Lactose!!) oder Lebensmittel, in denen Milchprodukte (Lactose!!) enthalten sind.

Bitte kein Obst, Fruchtsäfte, Süßstoff, Honig, Zucker oder blähendes Gemüse (Vorsicht: Zwiebel, Knoblauch, Kohlgemüse, Hülsenfrüchte) verzehren. Auch sind industriell vorgefertigte Nahrungsmittel (Fastfood-Gerichte, Instantsuppen, Fertigsoßen, Backwaren) für den Test kontraproduktiv.

Untersuchungstag:

Bitte kommen Sie nüchtern zur Untersuchung, Sie können lediglich einen Schluck Wasser ohne Kohlensäure trinken. Die Einnahme ihrer Medikamente - mit Ausnahme von Vitaminpräparaten, Abführmittel, Antibiotika, säurehemmenden Medikamente - mit einem Schluck Wasser ist möglich.

Bitte die Zähne am Untersuchungstag ausschließlich **ohne Zahnpasta** bzw. nicht putzen. Sollten Sie eine Zahnprothese tragen, bitten wir Sie, keine Haftcreme zu verwenden. Bitte kauen Sie am Untersuchungstag keinen Kaugummi, nehmen Sie keine Zuckerl oder Vitamin- u. Brausetabletten zu sich.

Am Untersuchungstag nichts rauchen, nichts trinken, nichts essen und auch keine körperliche Aktivität durchführen.

Zum Abschluss dieser Information erlauben wir uns, Ihnen einen Menüvorschlag für den Vortag für Mittag- und Abendessen zu unterbreiten:

- **Kaltes Essen**
Schwarzbrot, Weißbrot, Mischbrot, Grahambrot, Butter, Margarine, Schinken, Wurst, Hart- u. Schnittkäse.
- **Warmes Essen**
klare Suppe mit Einlage, Reis, Nudeln, Grießnockerl.
Fleisch: Kalb, Rind, Schwein, Pute, Huhn- nur naturgebraten od. gedünstet
- **Beilagen**
Kartoffeln, Nudeln, Reis, gekochtes Gemüse (Karotten, Zucchini, Fenchel, Sellerie, Spinat, Kürbis, Melanzani)

Achtung:

keine Hülsenfrüchte, keine Kohlarten, kein Lauch und rohes Gemüse.