

VORBEREITUNG H2 - ATEMSTOßTEST

H2-Atemstoßtest die wir in der Ordination anbieten:

Laktose
Fruktose
Glukose
Laktulose
Sorbit

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: 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 nichts 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 auch können Sie ihre Medikamente , mit Ausnahme von Vitaminpräparaten, Abführmittel, Antibiotika, säurehemmende Medikamente, mit einem Schluck Wasser einnehmen.

Bitte die Zähne am Untersuchungstag nicht putzen oder nur mit Wasser. Meiden Sie auf alle Fälle Zahnpasta. 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.

Zum Abschluß dieser Information erlauben wir uns Ihnen einen Menüvorschlag für den Vortag für Mittagessen 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, Griesnockerl.

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 Kohllarten, kein Lauch und rohes Gemüse