



Patient:

Termin:

Testsubstanz:

Allgemeines

- ▶ Bei Ihnen soll eine Funktionsprüfung mit einem H₂-Atemtest durchgeführt werden.
- ▶ Dieser Termin ist für Sie reserviert. Bitte kommen Sie pünktlich oder geben Sie rechtzeitig Bescheid, falls Sie diesen Termin nicht einhalten oder wahrnehmen können.

Der H₂-Atemtest

Viele Menschen haben Beschwerden nach der Nahrungsaufnahme (Blähungen, Durchfall oder Unwohlsein) zu beklagen. Ursache ist oft eine Unverträglichkeit von Laktose (Milchzucker), Fruktose (Fruchtzucker) oder Sorbit (ein Zuckerersatzstoff).

Diese Zucker werden im Falle der Unverträglichkeit nicht vollständig vom Dünndarm resorbiert und dann im Dickdarm von Bakterien unter Gasbildung verwertet. Eines der entstehenden Gase ist Wasserstoff (H₂), der in die Blutbahn aufgenommen und über die Lunge abgeatmet wird, wodurch er in der Ausatemluft gemessen werden kann.

Der Atemtest dient dazu, die Unverträglichkeit für diese Stoffe nachzuweisen.

Außerdem kann eine Keimbeseidlung des Dünndarmes (Glukosetest) oder eine beschleunigte Dünndarmpassage (Laktulosestest) aufgedeckt werden.

Zwischen zwei verschiedenen Atemtesten sollten mindestens 3 Tage liegen

Testdurchführung

- ▶ Vor Einnahme der Testsubstanz wird der Ausgangswert bestimmt. Bei einer Erhöhung des Wertes liegen Umstände vor, die mit einer Durchführung des Tests nicht vereinbar sind.
- ▶ Sie erhalten dann ein Glas Flüssigkeit mit einem gelösten Zucker und sollten es zügig austrinken.
- ▶ Anschließend wird in regelmäßigen Zeitabständen erneut die Wasserstoffkonzentration in (der letzten Portion) der Atemluft gemessen.
- ▶ Sie blasen in das Mundstück, bis der letzte Rest der Atemluft in das Messgerät gelangt.
- ▶ **Die Untersuchung dauert 2-3 Stunden**, da der getrunkene Zucker erst in den Dickdarm gelangen muss.
- ▶ Gelegentlich treten bei Verzögerung des Transportes auch erst am Nachmittag typische Beschwerden auf (Blähungen, Durchfall).

Vorbereitung auf den H₂-Atemtest

Die Untersuchung kann nur durchgeführt werden wenn Sie sich korrekt vorbereitet haben (sonst ist bereits der Ausgangswert erhöht):

- ▶ innerhalb von 4 Wochen vor der Untersuchung
 - keine Einnahme von Antibiotika
- ▶ innerhalb von 2 Wochen vor der Untersuchung
 - keine stärkeren Abführmaßnahmen
 - keine Darmreinigung
 - keine Dickdarmspiegelung
- ▶ innerhalb von 3 Tagen vor der Untersuchung keine Einnahme folgender Medikamente:
 - **Protonenpumpenhemmer** (z.B. Omeprazol, Pantoprazol, Esomeprazol, Nexium, Antra)
 - **Probiotika** (z.B. Symbioflor, Mutaflor, Paidoflor, Colibiogen etc.)
 - **Prokinetika** (z.B. Metoclopramid, Paspertin, MCP, Domperidon, Motilium, Resolor)
 - **Quell- und Füllstoffe** (Weizenkleie, Flohsamen, Mucofalk, Leinsamen)

Am Vortag der Untersuchung

- ▶ 24h vor der Untersuchung
 - keine blähenden Speisen (Hülsenfrüchte, Bohnen, Kohl, Zwiebeln)
 - keine kohlenhydratreichen Mahlzeiten (Nudeln, Brötchen, Toastbrot, Kartoffeln, Kuchen, Süßigkeiten)
 - kein Obst, keine Fruchtsäfte
 - keine Milch oder Milchprodukte

Was Sie essen und trinken dürfen:

- Gemüse (Tomaten, Gurke)
 - Fleisch und Fisch (ohne Soßen)
 - Salat mit Öl (kein Joghurtdressing, kein Essig)
 - Reis, Tofu- oder Sojaprodukte
 - Tee ohne Zucker, stilles Wasser
- ▶ ab 20.00 Uhr
 - nichts mehr essen und trinken (Ausnahme: stilles Wasser ist möglich)
 - nicht rauchen
 - keine Bonbons, keinen Kaugummi

Am Untersuchungstag

- ▶ Morgendliches Zähneputzen nur mit Wasser (keine Zahnpasta, keine Mundspülung)
- ▶ keine Haftmittel für Prothesen anwenden
- ▶ während der Untersuchung
 - keine körperliche Aktivität (Treppensteigen)
 - nicht rauchen, nicht essen, nicht trinken

Unterschrift Patientin/ Patient