



Liebe Patientin, lieber Patient,

der H₂- Atemtest erfolgt zum Nachweis einer Kohlenhydrat-Unverträglichkeit von Laktose, Fruktose oder Sorbit. Ebenso dient er zum Ausschluss einer bakteriellen Fehlbesiedlung des Dünndarmes (Test mit Glucose). Die Messergebnisse können jedoch durch bestimmte äußere Einflüsse wie Ernährung oder Medikamente vor der Untersuchung verändert und somit nicht mehr auswertbar werden.

Beachten Sie deshalb zur optimalen Vorbereitung vor dem Test folgende Hinweise:

4 Wochen vor der Untersuchung

- Keine Einnahme von Antibiotika mehr vor der Untersuchung
- Keine forcierten Abführmaßnahmen wie z.B. bei einer Darmspiegelung

3 Tage vor der Untersuchung

Ernährung: Bitte kein Verzehr mehr von ballaststoffreichen oder potentiell gärenden Nahrungsmittel oder von Alkohol !

Nahrungsmittel	problemlos:	zu vermeiden:
Milch	laktosefreie Milch bzw. Milchprodukte	laktosehaltige Milch bzw. Milchprodukte
Fleisch	Geflügel und Fisch	Fleisch (Rind, Schwein o.Ä.)
Brot	Weißbrot	Vollkornbrot oder Schwarzbrot
Beilagen	Nudel und Reis	Kartoffeln
Obst & Gemüse	Spargel, (in kleinen Mengen bedingt Tomaten und Karotten, Zucchini)	Obst und Gemüse insbesondere keine Hülsenfrüchte oder blähendes Gemüse wie Zwiebeln, Kraut, Kohl, Bohnen, Knoblauch oder Paprika
Getränke	Tee oder stilles Wasser, Kaffee mit laktosefreier Milch	Fruchtsäfte, kohlenensäurehaltige Getränke, Süßstoffgetränke, Alkohol
Sonstiges	Nüsse bedingt in kleinen Mengen	Eier und Muscheln

Medikamente: Keine Einnahme mehr von Abführmitteln (wie Laxoberal, Dulcolax, Flohsamenschalen, Laktulose o.Ä.) oder Magenschoner (Omeprazol, Pantoprazol o.Ä) oder sonstige Darm beeinflussende Medikamente wie z.B. MCP!

12 Stunden vor der Untersuchung

- Nikotinabstinenz: Bitte rauchen Sie in diesem Zeitraum nicht mehr!
- Nüchternheit: Bitte essen sie in diesem Zeitraum nichts mehr, auch kein Verzehr mehr von Kaugummi oder Bonbons. Trinken von Kohlensäure freien Wasser ist jedoch weiterhin gestattet.
- Zahnhygiene: Bitte reinigen Sie am Untersuchungstag Ihre Zähne bzw. Zahnprothese mit Zahnpasta und Wasser.
Verwenden Sie keine Mundspülung und auch keine Haftcreme!

Testdauer: Planen Sie für die Untersuchung ca. 3-4 Stunden in unserer Praxis ein!

Bei Rückfragen melden Sie sich bitte zu den Sprechzeiten telefonisch unter **07321 / 349532** oder per Email an termin@gastroenterologie-heidenheim.de



Patienteninformation

Vorbereitung zum H2-Atemtest

*Gastroenterologie Heidenheim
BAG Dres. med. W.Rufle/ S.
Wolf*

Interne Regelung

Ihr Praxisteam