



Vorbereitung Atemtest mit Laktose, Fruktose oder Glucose

Zur Abklärung von vermuteten Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder einer bakteriellen Fehlbesiedlung des Dünndarmes werden Ihnen bestimmte, in Flüssigkeit gelöste Zuckersorten zum Trinken gegeben (in Ihrem Fall Milch- oder Fruchtzucker). Werden diese –normalerweise gut verdaulichen- Zucker nicht aufgenommen, kommt es zu einem Anstieg der Wasserstoff-Konzentration in der Ausatemluft, welche mit dem Atemgerät gemessen werden kann.

Der Test dauert ca. 2-3 Stunden. Beachten Sie bitte, dass sie während der gesamten Untersuchungszeit nicht essen und rauchen dürfen.

Da für jeden der Nahrungsmitteltests eine eigene bestimmte Zuckerart eingenommen wird, können am selben Tag nicht beide Tests durchgeführt werden.

Testvorbereitung und wichtige Hinweise:

- 4 Wochen vor dem Atemtest **keine** Antibiotika einnehmen
- 1 Woche vor dem Atemtest **keine** Protonenpumpenblocker (z.B. Pantoprazol, Esomeprazol) oder Probiotika

Folgende Nahrungsmittel dürfen Sie am Tag vor dem Atemtest **NICHT** mehr einnehmen:

- Milchprodukte (Milch, Rahm, Butter, Käse, Joghurt, Glace), Fertigprodukte (Saucen, Suppen), Rivella
- Süsses jeglicher Art, Früchte, Fruchtsäfte, Honig
- Gemüse, Kartoffeln, Zwiebeln, Knoblauch, Vollkorn-/Schwarzbrot, Kohl-, Kraut oder Bohnengemüse



Folgende Nahrungsmittel **dürfen Sie** am Tag vor dem Atemtest noch einnehmen:

- Fisch, Garnelen, Geflügel, Weissbrot, Nudeln, Reis, Tee, Wasser
- ca. 100g: Karotten, Zucchini, Tomaten etc. geschält



Am Tag des Atemtests

- kommen Sie nüchtern (ausser stilles Wasser, welches bis zum Untersuchungszeitpunkt erlaubt ist)
- Medikamente können am Untersuchungstag mit reinem Wasser eingenommen werden.
- Vitaminpräparate und Medikamente, welche die Darmpassage beeinflussen (z.B. Abführmittel, Medikamente gegen Durchfall/Übelkeit/Erbrechen) **müssen** gemäss Absprache mit dem behandelnden Arzt **pausiert werden**.

WICHTIG

- **am Tag vor der Untersuchung ab 18.30 Uhr nichts** mehr essen
- 12 Stunden vor Testbeginn darf nicht geraucht werden, keine Kaugummis, keine Mundspüllösungen
- Sie müssen an diesem Morgen bis nach dem Testabschluss nüchtern bleiben, d.h. nichts essen.
- Die Tests können kurzfristig Symptome wie Blähungen, Bauchdruck/-krämpfe, Durchfall oder Übelkeit auslösen.

