



END- & DICKDARMPRAXIS SINDELFINGEN

Patienteninformation H₂ - Atemtest

Name:

Termin:

Bei Ihnen ist zur Abklärung von Bauchbeschwerden, Blähungen und wechselnden bzw. zu dünnen Stühlen ein H₂-Atemtest geplant.

Bei diesem Test wird in der ausgeatmeten Luft zunächst der Ausgangswert für H₂ (Wasserstoff) bestimmt, danach trinken Sie eine Testlösung und nach 20, 40, 60, 80, 100 und 120 Minuten (d.h. über 2 Stunden – manche Tests ggf. Messung über 3 Stunden) werden die Werte in der ausgeatmeten Luft erneut gemessen.

Eine genaue Messung - und damit eine möglichst genaue Aussage zu Ihren Beschwerden - ist nur möglich, wenn Sie folgende Punkte beachten:

Bitte kommen Sie morgens ohne Frühstück zur Untersuchung.

Sie können gerne etwas **stilles (!) Wasser** trinken. Die Abendmahlzeit am Tag zuvor sollte nicht nach 18.00 Uhr eingenommen werden und möglichst wenig Kohlenhydrate enthalten (ideal z.B. Fleisch, Fisch mit Reis).

Außerdem ist es sinnvoll, wenn Sie am Vortag möglichst keine Nahrungsmittel mit einem hohem Ballaststoffanteil essen (Vollkornprodukte, Kartoffeln, Bohnen, Linsen).

Sie sollten min. 6 Stunden vor der Untersuchung nicht **rauchen und keinen Alkohol** trinken. Bitte direkt vor der Untersuchung **keine Süßigkeiten oder Kaugummis (v.a. auch keine zuckerfreien Produkte)** zu sich nehmen.

Mussten Sie vor dem Test Antibiotika einnehmen (sollte min. 2 Monate zurückliegen) oder Kontrastmittel für Röntgen- oder CT Untersuchung getrunken haben, sollte der Test verschoben werden.

Mittel zur Stuhlregulation (Flohsamenschalen, Macrogole wie Movicol® v.a. Laktulose z.B. Bifiteral® Sirup) müssen min. 3 Tage pausiert werden.

Direkt vor dem Test bitte auch kein Sport !

Bitte die Zähne an diesem Morgen nur mit Wasser putzen ohne Zahncreme !)

Den Testablauf werden wir Ihnen genau erklären und zu Beginn mit Ihnen üben, in das Testgerät zu pusten.

Wichtig für die Auswertung ist auch, daß Sie uns jeweils zu den Messungen sagen, ob Bauchbeschwerden aufgetreten sind (Blähungen, Bauchschmerz) oder gar Gänge zur Toilette mit Durchfall!

Bitte bedenken Sie, dass der Test d.h. Ihr Aufenthalt in der Praxis 2-3h dauern wird — ggf. Lesestoff oder Musik mitbringen!

Es ist möglich Ihnen für den Test eine Anwesenheitsbescheinigung ggf. auch Krankmeldung auszustellen.

Oft sind mehrere Tests nötig, deren zeitlicher Abstand min. 6 Wochen betragen wird!