



Dok. Typ FO	Dok. Referenznummer 13500000-0003	Rev.-Stand Rev 03	Erstellung / Überarbeitung Martin Neugebauer	Inhaltliche / Fachliche Prüfung Dr. med. Rüdiger Behrens
QEP 1.3.5	Ziel 1, (Kernziel), Information: Vorbereitung zur Untersuchung			

Vorbereitung für den H₂-Atemtest

Veröffentlichung / Freigabe
Dr. med. Rüdiger Behrens

Liebe Patientin, lieber Patient!

Ihr Arzt hat Ihnen die Durchführung eines H₂-Atemtestes (Wasserstoff-Atemtest) empfohlen, um eine evtl. bestehende Unverträglichkeit gegenüber bestimmter Kohlenhydrate (Laktose, Fruktose, Sorbit) bzw. eine bakterielle Fehlbesiedlung des Dünndarms auszuschließen. Diese Untersuchung ist für Sie wenig belastend. Nachdem Sie die Testsubstanz (Milchzuckerlösung, Fruchtzuckerlösung, Sorbit oder Glukoselösung) getrunken haben, geben Sie in bestimmten Zeitabständen Ihre Ausatemluft in ein Wasserstoff-Meßgerät. Der menschliche Körper bildet in seinem Stoffwechsel keinen Wasserstoff. Bei einer Störung der Kohlenhydratverstoffwechslung kommt es zum Anstieg der Wasserstoff-Konzentration in der Ausatemluft. Die Laktoseintoleranz, Fruktoseintoleranz und Sorbitintoleranz sind eine solche Stoffwechselstörung. Es gibt bestimmte Bakterien im Darm, die Zucker abbauen und Wasserstoff bilden können. Dieses Gas wird über die Darmwand in das Blut aufgenommen und über die Lunge abgeatmet. Die Konzentration der Wasserstoffmenge lässt sich mit Hilfe des Wasserstoff-Meßgerätes bestimmen.

Bitte beachten Sie folgende Hinweise vor dem Test:

Planen Sie für einen **Laktose-, Fruktose-, Glukose-Atemtest je 3 Stunden** und für den **Sorbit-Test 4 Stunden** Zeit ein!

- Innerhalb der letzten 4 Wochen sollte keine Darmspiegelung erfolgt sein und Sie sollten in den letzten 4 Wochen keine Antibiotika eingenommen haben.
- Bleiben Sie 14 Std. vor dem Atemtest nüchtern. Essen Sie am Abend vor dem Test eine leicht verdauliche Kost (keine Weißmehlprodukte wie z.B. Nudeln, Toastbrot, Kartoffeln) und keine blähenden Nahrungsmittel. Das Trinken von stillem Wasser/ Leitungswasser ist erlaubt.
- Am Morgen des Testtages putzen Sie sich normal mit Zahnpasta die Zähne und spülen danach gründlich mit Wasser nach.
- Medikamente, wenn möglich, erst nach dem Test einnehmen
- Bitte rauchen Sie nicht vor Beginn des Testes!

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gern zur Verfügung.

Sie erreichen uns unter folgender Rufnummer: 0345 299760