

Patienteninformation H2-Atemtest

4 Wochen vor der Untersuchung:

- keine Antibiotikaeinnahme
- keine Darmuntersuchung

3 Tage vor der Untersuchung:

- keine Darmbewegungshemmenden- oder -fördernden Medikamente (z.B. Imodium, Motilium, Paspertin)
- keine Protonenpumpenhemmer (z.B. Pantoloc)
- keine Abführmittel

Am Vortag:

- Ballaststoffarme (keine Vollkornprodukte, kein Müsli, keine Nüsse) und kohlenhydratarme Kost , leicht verdauliche Kost
- keine stark blähenden Speisen (Kohl, Kraut, Zwiebel, etc)
- keine Hülsenfrüchte (Bohnen, Linsen, Erbsen, etc.)
- keine kohlen säurehaltigen Getränke (Mineral), sämtliche alkoholische Getränke vermeiden
- Bei Lactosetest: keine Vollmilchprodukte (von Kuh, Schaf, Ziege) und alle damit hergestellten Speisen
- Bei Fructosetest: kein Obst, Fruchtsäfte, Fruchtt Tee, Honig, kein Diabetikerzucker mit Sorbit und Fruchtzucker

12 Stunden vorher: **nüchtern bleiben**

- keine Nahrungsaufnahme, kein Kaugummi
- nicht rauchen
- Trinken von Wasser oder ungesüßtem Tee z.B. Kräutertee (kein Fruchtt Tee) sind erlaubt, kein Mineralwasser

Am Untersuchungstag:

- Zähne putzen (ohne Zahnpasta!), kein Haftmittel für Zahnprothesen, keine Mundspülung, kein Kaugummi
- Medikamente (außer Antibiotika und Vitamine) können mit wenig Leitungswasser eingenommen werden

Während des H2 Atemtest:

- nichts essen, nichts trinken (kleine Mengen stilles Wasser erlaubt)
- kein Kaugummi
- nicht rauchen

Erlaubte Nahrungsmittel:

- Weißbrot, Nudeln, Reis, Kartoffeln
- Geflügel, Fisch, Schinken
- laktosefreie Milchprodukte, Butter in kleinen Mengen oder laktosefreie Butter
- Suppe klar oder mit Einlage
- Stilles Wasser, Tee (kein Fruchtt Tee)