



Der Wasserstoffatemtest (H₂)

Name.....
Ihr Termin ist:

am:

um:

Liebe Patientin, lieber Patient,

Bei Ihnen ist ein Wasserstoffatemtest geplant. Wir wollen mit Hilfe dieses Testes feststellen, ob eine Laktose- und/oder Fruktoseunverträglichkeit für Ihre Magen-Darm-Beschwerden verantwortlich ist. Der Atemtest stellt die genaueste und schonendste Methode zur Klärung dieser Fragestellung dar.

Der Test läuft folgendermaßen ab:

Sie bekommen nach der Nüchternmessung eine Testsubstanz zu trinken und blasen dann in regelmäßigen Abständen in unser Testgerät. Sollte es dabei zu einem Anstieg der Messerwerte kommen, sprechen wir von einem positiven Befund und wir haben die Substanz gefunden, auf die Sie mit Unverträglichkeit reagieren. Manche Patienten reagieren auf mehrere Substanzen, so dass eine mehrmalige Durchführung des Tests mit verschiedenen Testsubstanzen sinnvoll sein kann.

Pro Tag kann nur EIN Atemtest bei Ihnen durchgeführt werden!

Kontraindikationen für den Atemtest:

- Antibiotikaeinnahme bis zu 4 Wochen vor dem Test
- Coloskopie und andere Darmuntersuchungen bis zu 4 Wochen vor dem Test
- Postprandiale Hypoglykämien

Damit der Test bei Ihnen erfolgreich durchgeführt werden kann, sind folgende Punkte **ZWINGEND** zu beachten:

- Letzte Nahrungsaufnahme 12-14 Stunden vor dem Test (nur eine kleine Mahlzeit ohne Ballaststoffe, keine blähenden Nahrungsmittel wie Lauch, Kohl, Zwiebel, etc.); auch keine Kaugummi mehr kauen.
- Nur Wasser ohne Kohlensäure trinken
- 12 Stunden vor dem Test nicht mehr rauchen
- Am Morgen des Testtages keine Haftcreme für Prothesen verwenden, beim Zähneputzen bitte keine Zahnpasta verwenden
- Am Testtag keine Vitamintabletten zu sich nehmen, Abführmittel spätestens 3 Tage vor dem Test absetzen (alle anderen Medikamente können in der Regel mit klarem Wasser am Testtag eingenommen werden, müssen aber vorher mit dem Arzt abgesprochen werden)
- Nehmen Sie sich etwas zu lesen oder spielen mit; abhängig vom durchgeführten Test kann dieser bis zu 3 Stunden dauern.

Wie funktioniert der Test:

- Leiden Sie unter der bei Ihnen getesteten Unverträglichkeit, entsteht während des Tests in Ihrem Darm Wasserstoff. Dieser wird vom Testgerät gemessen. Damit der Wasserstoff genügend Zeit hat, aus der Blutbahn in die Lunge überzutreten, müssen Sie die Luft nach dem Einatmen 15 Sekunden anhalten. Ist der im Gerät angezeigte Countdown abgelaufen, atmen Sie bitte langsam und gleichmäßig in das Gerät aus. Wichtig ist dabei, die Lungen möglichst komplett zu entleeren.
 - Während des gesamten Tests dürfen Sie sich nicht körperlich anstrengen, da dies zur Veränderung der Messwerte führt. Ferner sollte der Test auch immer in der gleichen Körperposition durchgeführt werden. Wenn Sie vom Wartezimmer in das Untersuchungszimmer gehen, müssen Sie mindestens eine Minute bis zur Abgabe der Atemprobe warten.
 - Während des Tests darf nicht geraucht, gegessen, getrunken oder Kaugummi gekaut werden.
 - Achten Sie auf Ihren Körper und informieren Sie die Arzthelferin umgehend, wenn Sie Veränderungen oder Beschwerden wie zum Beispiel Sodbrennen, Rumoren im Bauch, Durchfall, Kopfschmerzen, Übelkeit oder ähnliches bemerken.
- Alle Informationen sind wichtig!**
- Sie können unmittelbar nach Testende wieder normal Essen und Trinken und haben auch sonst keinerlei Einschränkungen zu beachten.

Bitte rufen Sie uns am Folgetage in der Praxis unter 0551-4887970 an! Wir benötigen zur Beurteilung des Atemtests auch Informationen darüber, ob Sie in den Stunden nach dem Test abdominelle Beschwerden bekommen haben.