

VORBEREITUNG AUF DEN H₂-ATEMTEST

Die Untersuchung kann nur durchgeführt werden, wenn Sie sich korrekt vorbereitet haben (sonst ist bereits der Ausgangswert erhöht):

4 Wochen vor der Untersuchung dürfen keine Antibiotika (z.B. Amoxi, Cotrim etc.) eingenommen werden.

Bis zu 5 Tagen vor der Untersuchung

Die folgenden Medikamente stören die Untersuchung und sollten deshalb rechtzeitig vorher abgesetzt werden.

- Protonenpumpenhemmer (z.B. Omeprazol, Pantozol, Nexium, Esomeprazol, Antra) 5 Tage vorher.
- Probiotika (z.B. Symbioflor, Mutaflor, Colibiogen etc.) 3 Tage vorher.
- Prokinetika (z.B. Metoclopramid, Paspertin, Gastrosil, Domperidon, Motilium, Resolor) 2 Tage vorher.
- Antacida (z.B. Maaloxan, Riopan, Ulcogant) 12 Stunden vorher.
- Medikamente gegen Durchfall (z.B. Imodium, Loperamid, Colina etc.) 12 Stunden vorher.

3 Tage vor der Untersuchung dürfen Sie **keine Lebensmittel** zu sich nehmen die Zucker enthalten oder im Körper in Zucker umgewandelt werden! Dazu zählen Fruchtzucker, Milchzucker und Kohlenhydrate!
In den 3 Tagen Vorbereitung dürfen Sie ausschließlich Fleisch (Naturbelassen), Gemüse (alles außer Mais und Kartoffeln) und Eier zu sich nehmen.

Am Vortag müssen Sie:

- **Ab 18:00 Uhr nichts mehr essen**
- nichts mehr trinken (Ausnahme kohlenstofffreies Wasser bis zum Untersuchungsanfang)
- **nicht mehr rauchen** und keinen Alkohol trinken

Es dürfen keine H₂ Atemteste innerhalb von 2 Wochen nach einer Darmreinigung absolviert werden (z.B. Darmspiegelung oder Kontrastmitteluntersuchungen des Dickdarms, Dünndarms oder Magens)

Als weitere Hilfestellung

Gerne dürfen Sie Salate o.ä. mit Öl verfeinern (Kein Essig! Keine Joghurtdressings!)
Bis 18:00 Uhr am Vortag dürfen Sie ungesüßten Tee und schwarzen Kaffee trinken.
Tofu- oder Sojaprodukte sind ebenfalls erlaubt!

Während der Untersuchung:

1. Während der zweistündigen Untersuchung ist körperliche Aktivität zu meiden (auch Umhergehen).
2. Auch während der Untersuchung muss Nikotinkarenz eingehalten werden.
3. Die Einnahme von Speisen und Getränken ist erst möglich, wenn der Test komplett durchgeführt ist (nach ca. 2 Stunden).

Untersuchungsmorgen:

Die Zähne sollen am Untersuchungsmorgen nur gründlich mit Wasser (ohne Zahnpasta) geputzt werden, bitte benutzen Sie auch keine Mundspüllösung!

Bitte finden Sie sich am Untersuchungstag **um** _____ **Uhr absolut nüchtern (bitte auch nicht rauchen) und pünktlich** in unserer Praxis ein.