



Vorbereitung für den H₂-Atemtest

Für die Austestung von Milch-, Fructose- und Sorbitolverträglichkeit ist Folgendes vor der Untersuchung zu beachten:

4 Wochen vor der Untersuchung

- Keine Einnahme von Antibiotika
- Keine Coloskopie (Darmspiegelung) oder Irrigoskopie (Röntgenuntersuchung des Darms mit Kontrastmittel)
- 3 Tage vor der Untersuchung kein Abführmittel

Am Untersuchungstag

- Nüchtern bleiben (kein Kaugummi, nicht rauchen, Leitungswasser ist empfohlen)
 - Medikamente (mit Ausnahme von Vitaminen, Abführmitteln und Antibiotika) dürfen mit Wasser eingenommen werden
- Kein Prothesenhaftmittel, kein Mundwasser, kein Lippenstift
- Nur mit Wasser Zähne putzen (keine Zahnpasta verwenden)

Bei der Untersuchung wird die Ausatemluft nach dem Konsum der Testlösung mehrmals überprüft.

Für ein aussagekräftiges Ergebnis ist eine gute Vorbereitung wichtig!

Falls Sie Diabetiker/in sind, teilen Sie das bitte bei der Untersuchung mit!

Bei LACTOSE-H2-Atemtest

1 Tag vor der Untersuchung

- Keine Milch und Milchprodukte (z.B.: Buttermilch, Joghurt, Topfen, Rahm, Schlagobers, Milcheis), Schnittkäse ist erlaubt
- kein Mineralwasser, kein Alkohol
- Keine Hülsenfrüchte, Lauch- und Kohlgemüse, keine Zwiebel, kein Knoblauch, kein Kraut- oder Bohnengemüse
- keine Vollkornprodukte
 - Vorsicht bei Fertigsuppen, Fertigsaucen & Fertiggerichten, die Milchzucker (Lactose) enthalten können
- Letzte Mahlzeit um 18 Uhr
- Danach nüchtern bleiben (kein Kaugummi, nicht rauchen, Leitungswasser ist empfohlen)

Bei FRUCTOSE- oder SORBIT-H2-Atemtest

1 Tag vor der Untersuchung

- Kein Fruchtsaft, Mineralwasser, Früchtetee, Alkohol
- Kein Obst inkl. Kompott, Mus, Marmelade und Trockenfrüchte, kein Honig
- keine Hülsenfrüchte, Lauch- und Kohlgemüse, keine Zwiebel, kein Knoblauch
- keine Vollkornprodukte (Vollkornbrot, -weckerl, -teigwaren, Vollkornmehl, Natur- oder Wildreis, Haferflocken, Müsli, Kleie, grob geschrotetes Getreide)
- keine Produkte mit Zuckeraustauschstoffen (z.B. Birkenzucker, Sorbit) wie Kaugummi, Bonbons, Light-Produkte
- Letzte Mahlzeit um 18 Uhr
- Danach nüchtern bleiben (kein Kaugummi, nicht rauchen, Leitungswasser ist empfohlen)

Möglicher Speiseplan

1 Tag vor der Untersuchung

Frühstück

- Kaffee (bei Laktose-Untersuchung ohne Milch), Kräutertee, Leitungswasser
- Schwarzbrot/Weißbrot/Semmel/Toastbrot
- Butter oder Margarine, Schnittkäse, Schinken

Mittag

- Klare Suppe mit Einlage, z.B.: Nudeln, Schöberln
- Fleisch (Huhn, Pute, Schwein, Rind,...), Fisch → natur gebraten, gedünstet; in Saucen keinen Rahm oder creme fraiche verwenden
- Beilagen: Nudeln, Reis, Kartoffeln

Abend (letzte Mahlzeit vor 18:00 Uhr)!!!!!!

- Schwarzbrot/Weißbrot/Semmel/Toastbrot
- Butter oder Margarine, Schnittkäse, Schinken; kein rohes Obst/Gemüse

Bei weiteren Fragen oder Unklarheiten wenden Sie sich bitte telefonisch während der Ordinationsöffnungszeiten an uns!