

## Information H<sup>2</sup>-Atemtest

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

bestimmte Beschwerden im Bereich des Magen-Darm-Trakts (z.B. Stuhlunregelmäßigkeiten, Blähungen, Bauchschmerzen, Völlegefühl, Übelkeit) können durch eine gestörte Verdauung zuckerhaltiger Nahrungsmittel im Dünndarm bedingt sein. Je nach Art der Funktionsstörung, kann es so z.B. zu einer Laktoseunverträglichkeit (Milchzucker) oder Fruktoseunverträglichkeit (Fruchtzucker) kommen. Mit Hilfe von Glukose (Einfachzucker) als Testsubstanz, kann auch eine bakterielle Fehlbesiedlung des Dünndarms untersucht werden. Bei einer gestörten Verdauung im Bereich des Dünndarms können die o.g. Substanzen u.U. nicht aufgenommen werden und gelangen so in den Dickdarm, wo sie dann von Bakterien zersetzt werden. Die hierbei entstehenden Stoffwechselprodukte können zu oben genannten Beschwerden führen.

Der ebenfalls bei der bakteriellen Verstoffwechslung im Dickdarm entstehende Wasserstoff (H<sup>2</sup>) wird vom Körper aufgenommen und über die Lunge abgeatmet. Die Wasserstoffkonzentration in der Ausatemluft kann dabei mittels spezieller Geräte gemessen werden und erlaubt so eine Beurteilung entsprechender Verdauungsstörungen.

Um den Atemtest in sinnvoller Weise und mit einer aussagekräftigen Beurteilung durchführen zu können, müssen Sie in den Tagen zuvor einige Verhaltensmaßnahmen beachten.

### Drei Wochen vor dem Atemtest:

- Keine Einnahme von Antibiotika
- Keine Röntgenuntersuchung mit Kontrastmittel
- Keine Darmspiegelung

### Drei Tage vor dem Atemtest:

- Keine Einnahme von Medikamenten mit Wirkung auf den Magen-Darmtrakt (Abführmittel, Mittel gegen Übelkeit, Erbrechen oder Bauchkrämpfe, Mittel zur Reduzierung der Magensäure)

### Am Vortag des Atemtests:

- **Nicht konsumiert werden dürfen:** Kohlenhydrate und Ballaststoffe (z.B. Weißbrot, Teigwaren, Vollkornnudeln/-brot, Kartoffeln, Hülsenfrüchte) sowie Milch- und Fruchtprodukte
- **Konsumiert werden dürfen:** Fleisch, Wurst, Fisch, Eier, grüner Salat, sowie Wasser/ ungesüßter Tee
- Die letzte Mahlzeit sollte spätestens 12 Stunden vor dem Untersuchungstermin eingenommen werden

### Am Tag des Atemtests:

- Keine Einnahme von Speisen/Getränken (Ausnahme: kohlenstofffreies Wasser)
- Kein Kaugummi, keine Bonbons, sowie nicht rauchen
- Keine Zahnpasta oder Mundspülungen verwenden
- Nicht körperlich anstrengen

### **Ablauf des Tests:**

Zu Beginn des Atemtests wird eine Nüchtern-Probe aus der Atemluft genommen. Anschließend bekommen Sie eine Zuckerlösung (Laktose, Fruktose oder Glukose) zu trinken. Nach dem Trinken dieser Lösung wird alle 20 Minuten die Wasserstoffkonzentration ( $H^2$ ) in Ihrer Atemluft gemessen. Für den gesamten Test müssen Sie einen Zeitraum von etwa 4 Stunden einplanen. Während der Untersuchung kann es unter Umständen zu Beschwerden wie Übelkeit, Bauchschmerzen, Blähungen oder Durchfall kommen. Sollte eine dieser Beschwerden auftreten, informieren sie uns bitte unbedingt darüber, da dies zur Beurteilung des Testergebnisses wichtig ist. Während des Tests müssen Handy/Laptop ausgeschaltet werden, da ansonsten die Messwerte verfälscht werden können.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne jederzeit unter 08684/335 (Auswahl 2) zur Verfügung!

Ihr Praxisteam