

Vorbereitung H2-Atemtest



Dr. med.
Ulrich Zschaler
FACHPRAXIS
GASTROENTEROLOGIE
IN LIPPE

1. Vorbereitung

- **8 Wochen** keine Antibiotika, keine Darmspülung, keine Darmspiegelung
- **3 Tage** keine blähenden Speisen (Zwiebel, Kohl, Bohnen, Lauch, Knoblauch, Hülsenfrüchte, Ballaststoffe) keine Milchprodukte, kein Obst, Fruchtsaft und Gemüse
- erlaubt sind Weißbrot, Wurst, Fleisch, Nudeln, Reis, Kartoffeln (FOODMAP-Diät)
- **3 Tage** keine Medikamente, welche die Darmtätigkeit beeinflussen (Abführmittel, Loperamid, Immodium, Motilium)
- **12 Stunden** nicht essen
- **4 Stunden** nicht trinken, nicht rauchen, keine Zahnpasta, Mundspülung, Parfüm oder Rasierwasser verwenden

2. Untersuchung

- **Dauer 2 Stunden** pro Testsubstanz
- **während der Untersuchung** nicht essen, nicht rauchen, außer Testlösung nichts trinken, kein Parfüm oder Desinfektionsmittel verwenden – stört den Atemsensor
- bei einem positiven Erst-Testergebnis ist ein weiterer Atemtest im Anschluss nicht möglich

Vielen Dank für Ihr Verständnis

Ohne korrekte Vorbereitung ist der Atemtest wegen erhöhter Nüchtern-Messwerte häufig nicht durchführbar