

H2-Atemtest

Methode

Es werden oral verschiedene Kohlenhydrate (z.B. Laktose = Milchzucker, Fruktose = Fruchtzucker, Glukose = Traubenzucker, Sorbit = Zuckeraustauschstoff) verabreicht, die normalerweise aus dem Dünndarm aufgenommen werden. Wenn dies nicht optimal funktioniert, gelangen sie in den Dickdarm und werden bakteriell zersetzt.

Dabei entsteht Wasserstoff (H₂), der aus dem Darm aufgenommen wird und in der Ausatemluft nachweisbar ist.

Die Symptome einer Milchzucker-, Fruchtzucker- oder Sorbit-Unverträglichkeit sind Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfallneigung und manchmal auch Übelkeit. Entscheidend ist eine gute Vorbereitung, daher bitten wir Sie folgende Anweisungen zu beachten.

Vorbereitung

Bereits drei Tage vor der Untersuchung sollte die Ernährung etwas umgestellt werden.

- Keine Nahrungsmittel mit hohem Ballaststoffanteil oder blähende Speisen (Vollkornprodukte, Bohnen, Linsen, Kohl, Zwiebeln)
- Wenig Obst, Fruchtsäfte und Limonaden
- Keine Süßigkeiten
- Erlaubt sind Fleisch, Fisch, Reis, Weißbrot, gedünstetes Gemüse
- Keine Abführmittel

12 Stunden vor der Untersuchung nüchtern bleiben

- Bis 24 Uhr am Vortag der Untersuchung sind stilles Wasser oder ungesüßter Tee erlaubt
- Nicht rauchen
- Kein Kaugummi oder Bonbons
- Keine Tabletten
- Nicht Zähne putzen, keine Mundspüllösungen
- Keine anstrengenden körperlichen Aktivitäten 2 Stunden vor dem Test

Hinweise

Nach Antibiotikaeinnahme ist der Test frühestens nach 4 Wochen möglich.

Nach einer Koloskopie (Darmspiegelung) sind H₂-Atemtests frühestens nach 4 Wochen möglich.

Pro Tag ist der Atemtest mit einem Testzucker möglich.

Ein Test dauert in der Regel 2-3 Stunden. Sie sollten daher Geduld und auch etwas zum Zeitvertreib im Wartezimmer mitbringen.