



Vorbereitung für den H2-Atemtest

Liebe Patientin, lieber Patient

Die Funktionsprüfung des H2-Atemtests wird zur Beurteilung des Dünndarms durchgeführt und soll die Ursachen Ihrer Beschwerden aufspüren.

Das Prinzip des H2-Atemtests beruht auf der Bildung von Wasserstoff durch den bakteriellen Abbau eines zugeführten Zuckers im Magen-Darm-Trakt. Wird ein Zucker nicht richtig verdaut oder befinden sich Bakterien im Dünndarm, so wird Wasserstoff gebildet, der über das Blut und über den Lungenkreislauf in die Atemluft gelangt. Die Wasserstoffkonzentration (H2) kann mit einem kleinen elektrochemischen Messgerät in der Atemluft gemessen werden.

Je nach verwendetem Zucker können Aussagen zur Milchzuckerunverträglichkeit (Laktosetest), Fruchtzuckerunverträglichkeit (Fruktosetest), Sorbitunverträglichkeit (Sorbitest), einer Keimbeseidlung des Dünndarms (Glukosetest) und einer beschleunigten Dünndarmpassage (Laktulosetest) gemacht werden.

Zu Beginn der Untersuchung atmen Sie tief über einen Mundstückadapter mit Ventil in einen handlichen Wasserstoff-Monitor, der die Wasserstoffkonzentration (H2) bestimmt. Dies ist der Ausgangswert; bei einer Erhöhung des Wertes liegen Umstände vor, die mit einer Durchführung des Tests nicht vereinbar sind.

Sie erhalten dann ein Glas Flüssigkeit mit einem gelösten Zucker und sollten es zügig austrinken. Anschließend wird in Zeitabständen von 15 Minuten in der Atemluft (in der letzten Portion!) erneut die Wasserstoffkonzentration gemessen. Sie blasen in das Mundstück (wie bei einer Flöte), bis der letzte Rest der Atemluft in das Mundstück gelangt.

Die Untersuchung dauert **ca. 90 min**, da der getrunkene Zucker erst in den Dickdarm gelangen muss. Gelegentlich treten bei einer Verzögerung des Transportes auch erst am Nachmittag typische Beschwerden auf (Blähungen, Durchfall).

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

Wichtig:

Antibiotika verfälschen das Ergebnis. Bitte teilen Sie uns ggf. mit, wann die letzte Einnahme war. Diese sollte **mind. 6 Wochen** zurück liegen.

24 Stunden (1 Tag) vorher:

- keine Mundspülung und Gurgeln mit antiseptischer Lösung bei Infektionen im Mund-Nasen-Hals-Rachenbereich sowie sanierungsbedürftigem Gebiss.

am Morgen vorher

- kein Nikotin;
- keine Flüssigkeiten;
- keine feste Nahrung (= nüchtern), - keine Süßigkeiten;
- morgens vor der Untersuchung bitte Zähne nicht putzen und keine Mundspülung vornehmen.

Verhalten während des H2-Atemtests:

- Keine körperliche Anstrengung;
- nicht rauchen;
- nicht essen und trinken, bis der Test vollständig abgeschlossen ist.
- Natel mind. 1m Abstand zum Gerät

Dauer des H2-Atemtests: ca. 90 min

