



## H2-Atemtest Merkblatt für Patienten

##tunam, \*##gebdat, ##ort, ##strasse

### ► Wichtig

Der H<sub>2</sub>-Atemtest ist ein hochempfindlicher, risikofreier und sehr aussagekräftiger Test zum Nachweis einer Unverträglichkeit bestimmter Nahrungsbestandteile. Bitte planen Sie ca. 3 Stunden für diesen Test ein!

Verlässliche Ergebnisse sind aber nur dann zu erwarten, wenn die nachfolgenden Punkte strikt eingehalten werden:

### Am Tag vorher

- ✓ Ab 17 Uhr nichts mehr essen, ab 22 Uhr nichts mehr trinken
- ✓ Keine Kaugummis oder Bonbons o.ä.
- ✓ Rauchverbot ab 17 Uhr
- ✓ Verboten sind: Kohlenhydrate (zucker- und stärkehaltige Nahrungsmittel), sowie ballaststoffarme Nahrungsmittel. z.B.: Fruchtsäfte, Tee aller Art, Softdrinks (Cola, Fanta, Eistee), Reis, Nudeln, Mais, Kartoffeln, Backwaren (Brot, Brezel, Brötchen), Milch, Joghurt, alle Obstsorten, alle Süßigkeiten
- ✓ Erlaubt sind: Alle Salatsorten und alle Gemüsesorten (außer Mais),
- ✓ Käse, Fisch, Fleisch, Wurst, Eier, Wasser **ohne** Kohlensäure, Kaffee schwarz

### Am Untersuchungstag

- ✓ Komplette nüchtern zur Untersuchung kommen
- ✓ Zähne morgens bitte nicht putzen
- ✓ In der Praxis Mundspülung unter Anleitung
- ✓ Vor und während des Tests nicht rauchen, nichts trinken oder essen und keine vermehrte körperliche Betätigung
- ✓ Keine Kaugummis oder Bonbons etc

### Weitere zu beachtende Punkte, die den Test beeinflussen

- ✓ Der Test ist nicht sinnvoll während einer Antibiotikaeinnahme oder einer Einnahme während der vergangenen 6 Wochen
- ✓ Ebenso ist die Aussagefähigkeit 6-8 Wochen nach einer Darmspiegelung oder einem Magen-Darm-Infekt eingeschränkt.
- ✓ Motilitätsbeeinflussende Medikamente (z.B. Metoclopramid, Motilium, Imodium..) sollten 3 Tage vorher abgesetzt werden

QEP

Dok. Typ

Dok. Referenznummer

Rev.-Stand

FO

23000000-0003

Rev 06

Erstellung/Überarbeitung

Inhaltliche/Fachliche Prüfung

Veröffentlichung/Freigabe

Gültig bis

09.04.2025 Diane Klimaschewski

09.04.2025 Frank Passek

09.04.2025 Frank Passek