

Vorbereitung H₂-Atemtest zum Ausschluss einer Laktose- oder Fruktoseintoleranz
Ordination Dr. Stefan Scheidl, Sackstraße 2, 2. Stock, 8010 Graz

Liebe Patientin, lieber Patient!

Bei Ihnen besteht der Verdacht auf eine Frucht- u/o Milchzuckerunverträglichkeit, welche die Ursache von Beschwerden wie z.B. Blähungen, Durchfall und Bauchschmerzen sein können. Mit einer speziellen Untersuchung, dem H₂-Atemtest, können Rückschlüsse auf das Vorliegen einer Fructose- u/o Lactoseintoleranz gezogen werden. Diese Untersuchung wird nüchtern durchgeführt und ist schmerzlos. Während der ca. dreistündigen Untersuchung wird im Anschluss an eine Nüchternmessung und nach Gabe einer Testlösung der Wasserstoffgehalt (H₂-Konzentration) in der Atemluft bestimmt.

Um ein genaues Ergebnis zu erlangen müssen einige Punkte beachtet werden:

- 14 Stunden vor dem Test und bis zum Ende der Untersuchung nüchtern bleiben (nur Wasser).
- 1 Woche vorher KEINE Darmspiegelung (Coloskopie), KEIN „Magenschutz“ (Pantoloc, etc.), KEINE Antibiotika.
- 1 Tag vorher KEINE „Stuhlsorge“ (Laevolac).
- Medikamente (außer Vitamine, Abführmittel und Antibiotika) können mit Wasser genommen werden.
- 12 Stunden vor bis zum Ende der Untersuchung absolutes Rauchverbot.
- KEINE Haftmittel für Zahnprothesen.

Ernährungsvorbereitung: am Tag vor dem Test dürfen folgende Nahrungsmittel und Getränke NICHT gegessen bzw. getrunken werden:

- Vollmilch (von Kuh, Ziege, Schaf, Stute) und alle damit hergestellten Speisen wie Aufläufe, Grießkoch, Mehlspeisen, Backwaren, Kekse, Pudding, Cremes, Schokolade, Naschereien, Eis, Knabbergebäck, div. Suppen, div. Fertigprodukte, Fast-Food, Kaugummi, Zuckerl, etc.
- Sauermilchprodukte wie Joghurt, Buttermilch, Kefir, Molke, Topfen, etc.
- Käse: Weichkäse, Schmelzkäse und Frischkäse.
- Stark blähende Speisen meiden: Hülsenfrüchte (Bohnen, Erbsen, Linsen), Kraut- und Kohlgemüse, Sauerkraut, Paprika, Zwiebel, Knoblauch, Kernobst (Zwetschgen, Birnen), Vollkornprodukte, Müsli und Nüsse.
- Kohlensäurehaltige Getränke (Mineralwasser, Limonaden, Bier, Sekt, etc.).
- Tomatensauce, Obst, Obstsaft und alle Speisen mit Obst meiden.

Erlaubt sind Leitungswasser, Kräutertee (kein Früchtetee), Kaffee ohne Milch, Reissuppe, klare Suppe, Wasser.

Untersuchungsbeginn nach Vereinbarung in der Ordination.
Rechnen Sie mit einer Aufenthaltsdauer von etwa 3 Stunden.
Die Kosten belaufen sich auf 65 Euro/Untersuchung.