

H2-Atemteste

H2-Atemteste sind Funktionsuntersuchungen zur Beurteilung der individuellen Verdauung verschiedener Nahrungszucker; untersucht werden z.B. das Dünndarmenzym Lactase, die Aufnahmekapazität des Darmes für Fruchtzucker oder die Verweildauer der Nahrung im Darm.

Zu Testbeginn wird nach Bestimmung des Nüchtern-H2-Wertes der jeweils zu testende Zucker gegeben und anschließend über 2 Stunden die H2-Werte bestimmt. H2 ist der Wasserstoff, der von den Darmbakterien aus dem nicht verdauten Zucker gebildet wird; d.h. Atemteste sind indirekte Messmethoden, deren Ergebnisse von vielen Faktoren beeinflusst werden, wie z.B. Antibiotikagabe, akute Darminfektionen, vorausgegangene Darmspiegelungen etc.

Um für die Diagnose und die evtl. daraus folgenden Diätempfehlungen möglichst verwertbare Ergebnisse zu erhalten, haben wir mit den folgenden Vorsichtsmaßnahmen gute Erfahrungen gemacht. Diese Verhaltensregeln bitten wir einzuhalten – falls Ihnen dieses nicht möglich ist und/oder der Arzt die dringende Indikation zum H2-Atemtest trotz bestehender Einschränkungen gestellt hat, bitten wir um Mitteilung, um dieses in unserer Beurteilung berücksichtigen zu können. Die Verhaltensregeln sind hauptsächlich Empfehlungen aus der Literatur, eine Abweichung hiervon ist im Einzelfall nach individueller Beratung möglich.

Zeitraum vor der Untersuchung

Vorbereitung auf den Atemtest:

14 Tage	- keine Antibiotika einnehmen
7 Tage	- keine Abführmittel oder orale Kontrastmittel (im Rahmen einer Untersuchung) einnehmen - keine Darmspiegelung (Koloskopie), keine Darreinigung vornehmen
3 Tage	- Protonenpumpeninhibitoren absetzen (z.B. Omeprazol) - keine Quell- und Füllstoffe (z.B. Flohsamen, Weizenkleie, Leinsamen) und keine Abführmittel (z.B. Laktulose) einnehmen
1-2 Tage	- keine Nahrungsmittel mit hohem Ballaststoffanteil essen (z.B. Vollkornnudeln, Kartoffeln, Kohlrarten etc.) - am Vorabend wird eine frühe Mahlzeit empfohlen (spätestens 20 Uhr), ideal sind Reis und Fleisch oder Fisch
12 Stunden	- nüchtern bleiben (auch kein Kaugummi oder Bonbons essen) - keine Antazida einnehmen (z.B. Omeprazol) - Wasser darf bis eine Stunde vor dem Test getrunken werden - wichtige Medikamente können am Morgen der Untersuchung eingenommen werden
6 Stunden	- nicht rauchen
2 Stunden kurz vorher	- schwere körperliche Aktivität vermeiden - evtl. Mund mit antibakterieller Lösung (z.B. Chlorhexidin) spülen

Falls Sie den Termin nicht einhalten können, sagen Sie ihn bitte rechtzeitig ab!

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen natürlich jederzeit zur Verfügung!

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Laborteam