

# Der Wasserstoff- atemtest (H<sub>2</sub>)

## Patienteninformationen

### Ihr Arzt möchte bei Ihnen einen Wasserstoffatemtest durchführen, was ist das ?

Sie leiden vermutlich unter einer oder mehreren der folgenden Beschwerden: Durchfälle, Blähungen, Übelkeit, Abdominelle Beschwerden (Bauchschmerzen), Reizdarm

Um die Ursache für Ihre Beschwerden diagnostizieren zu können, wird Ihr Arzt bei Ihnen den Atemtest durchführen. Dieser ist bewiesenermaßen die genaueste Diagnose und für Sie auch die schonendste. Alternativ können Sie sich für einige Tests einer Magenspiegelung mit Gewebeentnahme oder Blutzuckertests mit mehreren Blutentnahmen unterziehen. Beides ist nicht so genau und für Sie mit Schmerzen verbunden. Außerdem kann die Diagnose über den Atemtest sofort gestellt werden ! Die Menge des ausgeatmeten Wasserstoffs läßt Rückschlüsse über die Darmflora zu. Da dieser Test eine funktionierende Darmflora voraussetzt, müssen Antibiotika mindestens zwei Wochen vor dem Test abgesetzt werden. Informieren Sie Ihren Arzt darüber wenn Sie Antibiotika einnehmen und teilen Sie ihm auch mit, welche Medikamente Sie sonst einnehmen.



Sie bekommen nach der Nüchternmessung eine Testsubstanz zu trinken und blasen dann in regelmäßigen Abständen in das Testgerät. Sollte es dabei dann zu einem Anstieg des Wasserstoffes kommen, spricht man von einem positiven Befund und Ihr Arzt hat die Substanz, auf die Sie mit Unverträglichkeit reagieren, herausgefunden. Manche Patienten reagieren auf mehrere Substanzen. Wundern Sie sich also nicht, wenn Ihr Arzt trotz eines positiven Befundes mit Ihnen weitere Atemtests durchführt.

**Pro Tag kann in der Regel immer nur EIN Atemtest bei Ihnen durchgeführt werden !**

### Kontraindikationen für den Atemtest:

- Kinder mit Verdacht auf erbliche Fructoseunverträglichkeit
- Antibiotikaeinnahme bis zu vier Wochen vor dem Test
- Coloskopie oder andere Darmuntersuchungen bis zu vier Wochen vor dem Test
- Postprandiale Hypoglykämien

**Bitte informieren Sie Ihren Arzt in solch einem Fall**



Testgerät Gastro<sup>+</sup> Gastrolyzer

## Damit der Test bei Ihnen erfolgreich durchgeführt werden kann, sind folgende Punkte ZWINGEND zu beachten :

- Letzte Nahrungsaufnahme 12 – 14 Stunden vor dem Test (nur eine kleine Mahlzeit ohne Ballaststoffe, keine blähenden Nahrungsmittel wie Lauch, Kohl, Zwiebel, etc. essen), auch keinen Kaugummi mehr kauen
- Nur Wasser ohne Kohlensäure trinken
- 12 Stunden vor dem Test nicht mehr rauchen
- Am Morgen des Testtags keine Zahnpasta und Haftcreme für Prothesen verwenden
- Am Testtag keine Vitamintabletten zu sich nehmen, Abführmittel spätestens drei Tage vor dem Test absetzen (alle anderen Medikamente können in der Regel mit klarem Wasser am Testtag eingenommen werden, müssen aber vorher mit dem Arzt abgesprochen werden)
- **Bringen Sie am Testtag Ihr Zahnbürste und Zahnpasta mit**
- **Nehmen Sie sich etwas zu lesen oder spielen mit, abhängig vom durchgeführten Test kann dieser bis zu sechs Stunden dauern**

## Wie funktioniert der Test:

- Leiden Sie unter der bei Ihnen getesteten Verdauungsstörung, entsteht während des Tests in Ihrem Darm Wasserstoff. Dieser wird vom Testgerät, dem Gastrolzyer, gemessen. Damit der Wasserstoff genügend Zeit hat, aus der Blutbahn in die Lunge überzutreten, müssen Sie die Luft nach dem Einatmen 15 Sekunden anhalten. Ist der im Gerät angezeigte Countdown abgelaufen, atmen Sie bitte langsam und gleichmäßig in das Gerät aus. Wichtig ist dabei, die Lungen möglichst komplett zu entleeren.
- Während des ganzen Tests dürfen Sie sich körperlich nicht anstrengen, da dies zur Veränderung der Messwerte führt. Ferner sollte der Test auch immer in der gleichen Körperposition durchgeführt werden. Wenn Sie vom Wartezimmer in das Untersuchungszimmer gelaufen sind, empfehlen wir, daß Sie mindestens eine Minute bis zur der Abgabe der Atemprobe warten.
- **Während des Tests darf nicht geraucht, gegessen, getrunken oder Kaugummi gekaut werden**
- Achten Sie auf Ihren Körper und informieren Sie die Arzthelferin umgehend, wenn Sie Veränderungen oder Beschwerden wie zum Beispiel: Sodbrennen, Rumoren im Bauch, Durchfall, Kopfschmerzen, Übelkeit in sich bemerken – alle Informationen sind wichtig !
- Nicht bei allen Patienten die auf die Testsubstanz reagieren ist auch ein Wasserstoffanstieg zu verzeichnen. In diesem Fall erhalten Sie zur Verifizierung einen weiteren Zucker verabreicht.
- Sie können unmittelbar nach den Tests (nach dem letzten Pusten) wieder normal Essen und Trinken und haben auch sonst keinerlei weitere Einschränkungen zu beachten.

## Sie wurden positiv getestet, was nun:

- Sie werden Ihre Essgewohnheiten nachhaltig umstellen müssen. Ihr Arzt berät Sie hierzu gerne
- Weitere Informationen zu Ihrer Unverträglichkeit erhalten Sie auf dem jeweiligen Infoblatt von Specialmed, welches Ihr Arzt für Sie bereit hält
- Alternativ können Sie die Infoblätter aber auch im Internet ansehen und ausdrucken: [www.specialmed.de/downloads.htm](http://www.specialmed.de/downloads.htm) (Unverträglichkeiten)