

Wie bereiten Sie sich auf den H₂Atemtest vor?

Die Untersuchung kann nur durchgeführt werden, wenn Sie sich korrekt vorbereitet haben (sonst ist bereits der Ausgangswert erhöht und der Test nicht aussagekräftig).

Sie dürfen in den **letzten 4 Tagen** keine Antibiotika eingenommen oder eine Darmreinigung durchgeführt haben (z.B. Darmspiegelung oder Darmröntgenuntersuchung).

Bis zu drei Tage vor der Untersuchung

3 Tage vor der Untersuchung sind Medikamente die die Bewegungsabläufe im Darm hemmen oder fördern (z.B. Imodium, Loperamid, Paspertin, Metoclopramid, Buscopan, Propulsin etc.), abzusetzen, aber auch säurehemmende Mittel wie Omeprazol/Nexium, Pantozol/Pantoprazol, Esomeprazol/Pariet und Ranitidin.

Am Vortag sollten Sie:

- **Ab 18.00 Uhr:**
 - nichts mehr essen und nicht mehr rauchen
 - keine Bonbons lutschen oder Kaugummi kauen
 - keine Rosinen, Müsli mit Trockenfrüchten oder Trockenpflaumen essen
 - auf Milch und Milchprodukte verzichten
- **Am Tag vor der Untersuchung sollte die Ernährung kohlenhydratarm sein (keine Weißmehlprodukte wie z.B. Nudeln, Toastbrot, Kartoffeln, keine Hülsenfrüchte). Bitte Abendessen nicht später als 18.00 Uhr.**

Am Untersuchungstag:

- **Am Morgen der Untersuchung nicht mehr trinken (Ausnahme: kohlenstofffreies Wasser).**
- **Die Zähne sollen am Untersuchungsmorgen nur gründlich mit Wasser (ohne Zahnpasta !) geputzt werden, bitte benutzen Sie auch keine Mundspüllösung!**
- **Bitte finden Sie sich am Untersuchungstag absolut nüchtern (bitte auch nicht rauchen) in unserer Praxis ein.**

Der Untersuchungsablauf wird zwei bis drei Stunden betragen, bringen Sie sich etwas zum Lesen mit.

Während der Untersuchung:

1. Während der zweistündigen Untersuchung ist körperliche Aktivität zu meiden.
2. Auch während der Untersuchung muss Nikotinkarenz eingehalten werden.
3. Die Einnahme von Speisen und Getränken ist erst möglich, wenn die Testphase beendet ist (nach ca. 2 Stunden).