



Praxis für Gastroenterologie, Zürich - Fluntern

Dr. med. Marcel Halama, Facharzt FMH für Gastroenterologie und Innere Medizin

Aerztehaus Fluntern, Zürichbergstrasse 70, 8044 Zürich

Tel: 044/251 40 40 oder 044/251 42 36; Fax: 044 / 262 51 84;

marcel.halama@hin.ch ; www.gastro-fluntern.ch

## Informationsblatt für H<sub>2</sub>-Atemteste

H<sub>2</sub>-Atemteste mit Fructose (Fruchtzucker) oder Lactose (Milchzucker) werden zur Diagnostik von Unverträglichkeiten auf diese Substanzen durchgeführt.

Unverträglichkeiten machen unspezifische Abdominalbeschwerden wie Blähungen, Durchfall oder Krämpfe.

Die Tests sind in der Durchführung sehr einfach. Wir geben Ihnen wenig Milch- oder Fruchtzucker zum Trinken. Der Zucker ist mit einem „markierten“ Wasserstoff gekoppelt. Wird der Zucker nicht im Dünndarm aufgenommen, gelangt er in den Dickdarm und wird von Bakterien zersetzt. Dies führt zu den typischen Beschwerden und zu einem Anstieg von Wasserstoff in der Ausatemluft. Sie müssen für den Test alle 15 Minuten Ihre Beschwerden ankreuzen und Ausatemluft zur Analyse in ein Gerät blasen.

Der H<sub>2</sub>-Atemtest mit Lactulose wird zur Diagnostik einer bakteriellen Überwucherung des Dünndarmes durchgeführt. Wandern die normalerweise nur im Dickdarm vorkommenden Bakterien in den Dünndarm beginnen Sie schon zu früh mit der Verdauung von Essensbestandteilen. Auch diese macht unspezifische Abdominalbeschwerden wie Blähungen, Durchfall oder Krämpfe. Auch für diesen Test Sie müssen alle 15 Minuten Ihre Beschwerden ankreuzen und Ausatemluft zur Analyse in ein Gerät blasen.

Die Tests dauern 2-3 Stunden. Sie können den Test bequem selbständig im Warte- oder in einem freien Untersuchungszimmer durchführen und haben genug Zeit nebenbei zu lesen oder zu arbeiten. Der Test wird Ihnen vorgängig in Ruhe ausführlich erklärt werden.

Als Vorbereitung sollten Sie idealerweise ab 6 Stunden vor der Untersuchung nichts mehr essen. Auch Rauchen sollten Sie ab 6 Stunden vor der Untersuchung unterlassen. Unmittelbar vor dem Trinken der Testlösung wird eine desinfizierende Mundspülung durchgeführt.

Bis auf Blähungen oder Durchfall, welche als Nebenwirkung von Unverträglichkeiten auftreten, sind die Tests harmlos.

Bei Fragen oder Unklarheiten können Sie uns jederzeit kontaktieren.