



Gastroenterologie Schmiedestraße 18

Dr. med. Andreas Winkler
Dr. med. Christian Bömeke
Dr. med. Elmar Kruck

Telefon 0511 30 13 60

Vorbereitung zum H₂-Atemtest (Laktose, Fruktose, Sorbit, Glukose)

- 4 Wochen vor dem Test keine Einnahme von Antibiotika
- 4 Wochen vorher keine Darmspiegelung
- 2 Wochen vorher keine Protonenpumpenhemmer (z.B. Pantoprazol, Omep etc.)
- 1 Woche vorher keine Einnahme von Kontrastmitteln und oder darmreinigenden Medikamenten
- 4 Tage vorher keine H₂ Blocker (z.B. Zantic)
- 3 Tage vorher Eisentabletten absetzen

Nahrungsmittel können den H₂- Atemtest erheblich beeinflussen und zu falschen Ergebnissen führen! Am Vortag des Testes sind folgende Nahrungsmittel erlaubt (Beispiele):

Zum Frühstück: 1 -2 Scheiben Mischbrot oder 1 – 2 Scheiben normales Toast, etwas Margarine, etwas Marmelade, Käse z.B. junger Gouda, Wurstaufschnitt (ohne Gewürze/Kräuter) z.B. Kochschinken, fettarmer Schinken, Geflügelwurst, Tofu natur. 1 – 2 Eier.

Zum Mittag: kleine Port. Salzkartoffeln sowie 1 kleine Port. gedünstetes / gekochtes Gemüse (z.B. Karotten, Zucchini, Auberginen). 1 – 2 Eier. 1 kleine Port. Fisch/ Fleisch, nur mit Salz und Pfeffer gewürzt, gebraten oder gegrillt.

Zum Abend (ca. 16 -17 Uhr): Siehe wie zum Frühstück! Nur ohne Eier!

Vor 18 Uhr sind noch Kaffee, Tee, Kräutertee ohne Milch und Zucker sowie stilles Wasser erlaubt.

Am Abend vor der Untersuchung nach 18 Uhr nichts mehr essen aber mindestens 1 Liter stilles Wasser oder Leitungswasser trinken.

Nikotinverzicht 6 Std. vor Testbeginn.

Am Morgen des Untersuchungstages bitte nüchtern kommen und auf folgendes achten:

- Zum Zähneputzen Zahnpasta ohne Sorbitol (z.B. Colgate total original) verwenden.
- Es darf keine Haftcreme, Mundspülung, Lippenstift, Kaugummi, Bonbons etc. benutzt werden.
- Keine Insulingabe am Morgen oder orale Diabetika einnehmen. Ein kl. Glas stilles Wasser ist erlaubt.

Der Test dauert bis zu 2 Stunden.

Falls Sie den Termin aus zwingenden Gründen nicht wahrnehmen können, rufen Sie spätestens am Vortag bei uns an.

Bitte beachten Sie außerdem:

Sollten Sie ein Mobiltelefon dabei haben, muss dieses über die gesamte Zeit während des Testes in unserer Praxis ausgeschaltet bleiben!

Ihr Termin ist am: