

# Vorbereitung zum H2 Atemtest



Dr. med.  
**Ulrich Zschaler**

FACHPRAXIS  
GASTROENTEROLOGIE  
IN LIPPE

Sehr geehrte Patientin,  
Sehr geehrter Patient,

bei Ihnen ist die Durchführung eines H<sub>2</sub>-Atemtestes zur Beurteilung der Resorptionsfunktion des Darmes geplant. Um ein optimales Testergebnis zu erreichen, müssen bestimmte Regeln in der Vorbereitungsphase eingehalten werden.

## 1. Vorbereitung:

- Rauchen Sie bitte 12 Stunden vor der Untersuchung nicht
- Halten Sie unbedingt vorher eine Nüchternperiode von 12 Stunden ein (Bitte auch keine Flüssigkeitszufuhr!)
- Bitte verwenden Sie am Morgen vor der Untersuchung keine Zahnpasta und keine Mundspülung. Inhalationssprays (z.B. bei Asthma) und Parfüm dürfen nicht verwendet werden.
- Am Tag vor der Untersuchung bitte keine Aufnahme von blähenden Speisen wie Kohl, Bohnen, Zwiebeln, Knoblauch, Lauch, alle Sorten Gemüse und Salat, Obst, Nüsse, Hülsenfrüchte (Linsen, Erbsen), Ballaststoffe (Vollkornbrot, Leinsamen, Kleie, Müsli), Milchprodukte (Milch, Quark, Joghurt, Käse, Sahne usw.). Ernähren Sie sich stattdessen möglichst schlicht – unproblematisch sind: Weißbrot, Wurst, Fleisch, Fisch, Nudeln, Reis, Kartoffeln.
- 3 Tage vor der Untersuchung sollten Medikamente welche die Darmtätigkeit beeinflussen abgesetzt werden (z.B. Motilium, Imodium usw.)
- Es sollte kein H<sub>2</sub>-Atemtest nach einer Darmspiegelung oder nach einer Röntgenuntersuchung des Darms durchgeführt werden (mindestens 12 Wochen Wartezeit). Ebenso kann kein H<sub>2</sub>-Atemtest nach einer vorhergegangenen Antibiotikatherapie durchgeführt werden (Wartezeit mindestens 4 Wochen).
- Bitte führen Sie keine intensiven Abführmaßnahmen unmittelbar vor der Untersuchung durch

## 2. Verhalten während der Untersuchung:

- Bitte rauchen Sie auch während der Durchführung des H<sub>2</sub>-Atemtestes bis zur Beendigung nicht ( die Untersuchung dauert 2 bis 3 Stunden)
- Bitte nehmen Sie keine Speisen oder Getränke zu sich bis der Test komplett durchgeführt ist
- Bitte verwenden Sie während der Untersuchung keine Inhalationssprays, Parfüm, Desinfektionstücher oder andere chemische Substanzen. Der Sensor des Testgerätes ist sehr empfindlich. Jede Fremdeinwirkung verfälscht das Messergebnis und erfordert eine Sensorreparatur.
- Vermehrte körperliche Aktivität während der Untersuchung sollte vermieden werden