

## Vorbereitung H2-Atemtest

Damit der Test reibungslos ablaufen und ein aussagekräftiges Ergebnis erzielt werden kann, ist es wichtig, dass Sie einige Punkte beachten. Diese Liste soll Ihnen dabei behilflich sein.

### 1 Woche vor der Untersuchung keine Einnahme folgender Medikamente:

- Antibiotika
- Magensäureblocker
- Magen-Darm-Mittel

### Was Sie beachten müssen:

- 12 Stunden vor der Untersuchung nichts mehr essen und trinken (außer stilles Wasser/Leitungswasser)
- 6 Stunden vor Beginn der Testung keine Zigaretten rauchen
- Mahlzeiten am Vortag der Untersuchung, die später als 12:00 Uhr gegessen werden, dürfen keine Kohlenhydrate enthalten, z.B. Nudeln, Reis, Kartoffelprodukte-auch Chips oder Pommes-, Brot, Süßigkeiten, panierte Fleisch- oder Fischprodukte etc.

Aufblähende Speisen (Kohl, Hülsenfrüchte etc.), größere Mengen frisches Brot und größere Mengen Obst, sollten Sie grundsätzlich am Vortag verzichten.

Sie dürfen essen: Fisch natur, Fleisch natur, Tofu natur, Schinken fettarm, Schnittkäse lactosefrei, in geringen Mengen: Tomaten, gedünstete Karotten, Avocado, Spargel, Zucchini, Gemüse- o. Hühnerbrühe.

Es dürfen keine H2-Atemtests innerhalb von 2 Wochen nach einer Darmreinigung absolviert werden (z.B. Darmspiegelung, Einläufe, Klistiere oder Kontrastmitteluntersuchung des Dickdarms, Dünndarms oder Magens!)

### Während der Untersuchung:

1. Während der zweistündigen Untersuchung ist körperliche Aktivität zu meiden (auch Umhergehen)
  2. Auch während der Untersuchung muss Nikotinkarenz eingehalten werden.
- Die Einnahmen von Speisen und Getränke ist erst möglich, wenn der Test komplett durchgeführt ist (nach ca. 2 Stunden).

**Am Untersuchungsmorgen:**

- Die Zähne sollen am Untersuchungsmorgen nur mit Wasser (ohne Zahnpasta) geputzt werden, bitte benutzen Sie auch keine Mundspüllösung, Kaugummi oder Bonbons!
- Keine Einnahme von Medikamenten

Bei Rückfragen dürfen Sie sich gerne an uns wenden unter Tel. 09187 9229737.