



## Erklärungen zum (H<sub>2</sub>-)Atemtest

Zur Abklärung der Beschwerden Ihres Kindes möchten wir unter anderem einen Wasserstoff-Atemtest mit Laktose oder Glucose durchführen. Dazu bekommt Ihr Kind ein in Wasser oder Tee gelöstes Kohlenhydrat (Laktose = Milchzucker oder Glucose = Traubenzucker) zu trinken. Werden diese Zucker nicht im Dünndarm aufgenommen, gelangen sie in den Dickdarm und werden dort von den Darmbakterien vergoren. Dabei entsteht Wasserstoff, der über die Atmung (= Pusten in ein Gerät) gemessen werden kann.

**Danke für die Befolgung der nachfolgenden Erklärungen – so ermöglichen Sie den bestmöglichen Test-Ablauf**

### Vorbereitung

- ❖ Keine Antibiotikatherapie, Darmspiegelung oder Darm-Kontrastmittelgabe in den letzten 4 Wochen vor dem Termin
- ❖ Die Einnahme folgender Medikamente 2-4 Wochen vor dem Termin stoppen, wenn vertretbar \*
  - Abführmittel wie Bisacodyl (z.B. Dulcolax<sup>®</sup>) oder Laktulose
  - Probiotika („gute Bakterien“, auch frei verkäufliche Präparate)*\* Bei Unklarheiten oder Fragen bitte Rücksprache: Tel 0421- 989 65 200 bzw [info@kim-gastro.de](mailto:info@kim-gastro.de).*
- ❖ **Beim Laktose (Milchzucker)-Atemtest:** bitte bereits 2 Tage vor dem Test keinerlei normale Milchprodukte (Käse, Joghurt, Quark, Milch...) mehr verzehren – laktosefreie Produkte sind ok.
- ❖ **Am Vorabend:**
  - Ab 20:00 Uhr nicht mehr essen
  - zum Abendessen nur leicht verdauliche Speisen (keine Vollkornprodukte; keine Hülsen-früchte, wie z.B. Bohnen, Linsen, Erbsen; nichts Blähendes, wie z.B. Zwiebel, Kohl usw.)
  - ab 24:00 Uhr nicht mehr trinken
- ❖ **Am Morgen:**
  - gründliche Reinigung der Zähne mit Zahnpasta, Mund mit klarem Wasser ausspülen
  - Wichtige Medikamente dürfen anschließend mit 1 Schluck Wasser eingenommen werden
  - Nicht essen, auch kein Kaugummi-Kauen
  - nicht rauchen (aktiv oder passiv)

### Der Testablauf:

1. Messung des Ausgangswertes, bei zu hohen Werten Wiederholung nach Mundspülung mit Chlorhexidin 1% (falls Ihr Kind in der Lage ist, die Mundspülung sicher auszuspucken). Ggfs Abbruch des Testes bei anhaltend zu hohen Werten.
2. Trinken der vorbereiteten Lösung (innerhalb von 5-10 Minuten)
3. Regelmäßige Messungen über insgesamt 2 Stunden

### **Wichtig: Während der Testzeit darf Ihr Kind nicht essen und trinken!**

- Bitte bringen Sie etwas zu essen und trinken mit, für die Verpflegung nach dem Atemtest!

### **Warum bieten wir keinen Atemtest für Fruchtzucker (Fruktose)-Unverträglichkeit an?**

Moderne Untersuchungen haben gezeigt, dass durch Fruktose ausgelöste Bauchschmerzen durch die Zufuhr dieser Stoffe selbst und nicht durch eine mögliche Nicht-Aufnahme im Dünndarm entstehen und dass Fruktose-Atemtest daher das „Falsche“ misst.

Gerne beraten wir Sie zum Umgang mit Fruktose / Sorbit bei chronischen Bauchschmerzen persönlich.