

## Patienteninformation zum Wasserstoffatemtest (H<sub>2</sub>)

### Wie funktioniert der Test:

- Sie bekommen nach der Nüchternmessung eine Testsubstanz zu trinken und blasen dann in regelmäßigen Abständen in das Testgerät.
- Leiden Sie unter der bei Ihnen getesteten Verdauungsstörung, entsteht während des Tests in Ihrem Darm Wasserstoff. Dieser wird vom Testgerät gemessen. Nach dem Einatmen müssen Sie die **Luft 15 Sekunden anhalten**. Ist der im Gerät angezeigte Countdown abgelaufen, **atmen Sie langsam und gleichmäßig in das Gerät aus**. Wichtig ist dabei, die Lungen möglichst komplett zu entleeren.
- Während des ganzen Tests dürfen Sie sich **körperlich nicht anstrengen**, da dies zu Veränderung der Messwerte führt. Ferner sollte der Test auch immer in der gleichen Körperposition durchgeführt werden.
- Während des Tests darf **nicht geraucht, gegessen, getrunken** oder Kaugummi gekaut werden.
- Achten Sie auf Ihren Körper und informieren Sie die Arzthelferin umgehend bei Veränderungen oder Beschwerden wie z.B. Sodbrennen, Rumoren im Bauch, Durchfall, Kopfschmerzen, Übelkeit.
- Sie können unmittelbar nach dem Test (nach dem letzten Pusten) wieder normal Essen und Trinken und haben auch sonst keinerlei weitere Einschränkungen zu beachten.

### Der Test kann nicht durchgeführt werden bei:

- Antibiotikaeinnahme bis zu vier Wochen vor dem Test
- Koloskopie oder andere Darmuntersuchungen bis zu 4 Wochen vor dem Test

*Bitte informieren Sie Ihren Arzt in solch einem Fall.*

### !!! Wichtig !!! Folgende Punkte sind zwingend zu beachten:

- Letzte Nahrungsaufnahme 14 Stunden vor dem Test, auch keinen Kaugummi mehr kauen.
- 14 Stunden vor dem Test nur Wasser ohne Kohlensäure trinken
- 14 Stunden vor dem Test nicht mehr rauchen
- Am Morgen des Testtages keine Haftcreme für Prothesen verwenden
- Am Testtag keine Vitamintabletten zu sich nehmen, Abführmittel spätestens 3 Tage vor dem Test absetzen (alle anderen Medikamente können in der Regel mit klarem Wasser am Testtag genommen werden, müssen aber vorher mit dem Arzt besprochen werden)
- Bringen Sie am Testtag Ihre Zahnbürste und Zahnpasta mit
- Nehmen Sie sich etwas zu lesen mit, abhängig vom durchgeführten Test kann dieser bis zu drei Stunden dauern.