

## H<sub>2</sub>-Atemtest (Glucose, Lactose, Fructose, Sorbit)

### Vorbereitung:

- 2 Wochen vor dem Test darf keine Antibiotikaeinnahme, keine Darmspiegelung oder Röntgenkontrastuntersuchung des Magendarmtraktes stattgefunden haben.
- 3 Tage vor der Untersuchung dürfen keine Abführmittel, Magensäureblocker wie Omeprazol, Esomeprazol, Pantoprazol etc. oder Medikamente gegen Übelkeit / Krampflösung eingenommen werden.
- 1 Tag vor der Untersuchung müssen Nahrungsmittel mit reichlich Ballaststoffen, Kohlenhydrate wie Brot und Teigwaren und Milch- / Fruchtprodukte gemieden werden, auch keine blähende Nahrung wie Kohl etc.
- Am Untersuchungstag vor und während des Tests nichts trinken, essen, Kaugummi kauen / Bonbons, rauchen und auch nicht Zähne putzen / Mundspülung (der Patient muss also komplett nüchtern sein).
- 1 Stunde vor und auch während der Untersuchung darf keine körperliche Anstrengung erfolgen.

### Durchführung:

- Vor dem eigentlichen Test wird der Basalwert bestimmt, mit einem Strohhalm wird dabei in ein Röhrchen geatmet und der Ausgangs-H<sub>2</sub> (Wasserstoff)-Wert ermittelt.
- Je nach durchzuführendem Test wird dann eine zuckerhaltige Lösung zum Trinken verabreicht (mit Milchzucker bei Testung auf Lactoseintoleranz, mit Fruchtzucker bei Testung auf Fructosemalabsorption und mit Glucose bei der Fragestellung bakterielle Überwucherung des Dünndarms) bzw. eine sorbithaltige Lösung bei Testung auf Sorbitunverträglichkeit.
- Danach wird alle 10–30 min erneut in ein Röhrchen geatmet und die Wasserstoffwerte ermittelt – insgesamt über 3 Stunden.
- Werte über 20 ppm Wasserstoff gelten als auffällig und deuten auf eine entsprechende Unverträglichkeit hin.
- Nach ungefähr 3 Stunden ist der Test beendet, Entlassung aus der Praxis, Essen etc. wieder möglich.