

DIE VORBEREITUNG AUF DEN H₂-ATEMTEST

Die Untersuchung kann nur durchgeführt werden, wenn Sie ihr Kind korrekt vorbereitet haben, da ansonsten bereits der Ausgangswert erhöht sein kann und das den Test verfälschen würde.

4 Wochen vor der Untersuchung:

Es sollten keine Antibiotika (z.B. Amoxi, Cotrim etc.) in dieser Zeit eingenommen werden. Falls nötig, bitte Termin entsprechend verschieben.

2 Wochen vorher:

Keine Maßnahmen zur Darmreinigung durchführen (z.B. hohe Einläufe, Darmspiegelung oder Kontrastmitteluntersuchungen des Dickdarms, Dünndarms oder Magens). Falls nötig, bitte Termin entsprechend verschieben.

5 Tage vorher:

- Medikamente absetzen:
 - Welche die Magensäure blockieren (Protonenpumpenhemmer) z.B. Omeprazol, Pantozol, Nexium, Esomeprazol, Antra
 - Probiotika, z.B. Symbioflor, Mutaflor, Colibiogen etc. oder andere Nahrungsergänzungsmittel
 - welche die Verdauung hemmen oder fördern bzw. die Aufnahme von Medikamenten fördern (z. B. Metoclopramid, Paspertin, Gastrosil, Domperidon, Motilium, Resolor)
- Keine pflanzlichen Quell- und Füllstoffe, z. B. Weizenkleie, Flohsamen, Mucofalk, Leinsamen
- Bei akutem Durchfall (Magen-Darm-Grippe) bitte neuen Termin geben lassen

3 Tage vorher:

- Weniger Obst, Marmelade, Honig, Säfte, Schorlen, Smoothies, Fruchtetee, Süßigkeiten, Milch und Milchprodukte zu sich nehmen
- Faserarme, ballaststoffarme Ernährung, keine Rohkost oder besonders blähenden Speisen (z.B. Hülsenfrüchte wie Bohnen, Erbsen, Linsen, Mais, Kohl, Zwiebeln, Knoblauch, Schnittlauch usw.), keine Vollkornprodukte
- Was ihr Kind essen & trinken darf: Weißbrot und Misch-/Graubrot ohne Vollkorn, Wurst, Schinken, laktosefreie Milchprodukte, Fleisch und Fisch, Nudeln, weißer Reis, Kartoffeln, gekochtes oder gedünstetes Gemüse, Tofu- oder Sojaprodukte, Fleischsuppen, Blattsalat, einzelne Tomaten, Gurke. Ungesüßter Kräuter-Tee und stilles Wasser

24 Stunden (1 Tag) vorher:

- Keine Milch oder andere Milchprodukte, sowie ganz auf Obst verzichten, keine Bonbons lutschen oder Kaugummi kauen, auch keine zuckerfreien Süßigkeiten
- Die letzte Mahlzeit am Tag vor dem Test sollte nicht zu ausgiebig sein und möglichst keine Ballaststoffe enthalten
- Ab **18:00 Uhr** nichts mehr essen, nichts mehr trinken bis auf stilles Wasser
- Richten sie ihrem Kind eine Mahlzeit für morgen nach dem Atemtest, hier gibt es keine Vorgaben

Am Untersuchungsmorgen:

- Die Zähne sollten am Untersuchungsmorgen gründlich nur mit Wasser, ohne Zahnpasta geputzt werden, bitte benutzen Sie auch keine Mundspülung!
- Bitte finden Sie sich am Untersuchungstag mit absolut nüchternem Kind in unserer Klinik ein. Zwingende Medikamenteneinnahmen vorab mit ihrem Arzt absprechen. Der Untersuchungsablauf wird zwei bis drei Stunden betragen.

Verhalten während des H₂-Atemtests:

- Keine körperliche Anstrengung während der Untersuchung, möglichst sitzen bleiben
- Nicht essen und trinken, bis der Test vollständig abgeschlossen ist! Danach darf ihr Kind das mitgebrachte Essen genießen.