

## INFORMATION.

Telefonnummer der  
Internen Ambulanz  
**05 055477-24444**

# Vorbereitung für H<sub>2</sub>-Atemtest

Zur Austestung einer/eines eventuellen Lactoseintoleranz, Fructose- oder Sorbitmalabsorptionssyndroms bzw. bakteriellen Fehlbesiedelung des Dünndarmes.

**Innerhalb der letzten zwei Wochen sollte kein Antibiotikum eingenommen worden sein, keine Koloskopie oder Darmlavage durchgeführt, sowie kein orales Kontrastmittel verabreicht worden sein.**

## TAG VOR DER UNTERSUCHUNG

- » Keine ballaststoffreichen, blähenden Lebensmittel (Vollkornprodukte, Obst, Salat, Gemüse)
- » Wenig kohlehydratreiche Mahlzeiten essen (Nudeln, Getreide-, Kartoffelgerichte)

### Ab 17.00 Uhr

- » Nichts mehr essen (auch keinen Kaugummi kauen)
- » Nur mehr Leitungswasser oder ungezuckerten Tee trinken (bis 22:00 Uhr)
- » Nicht mehr rauchen

## TAG DER UNTERSUCHUNG

- » Zähneputzen ohne Zahnpasta
- » Zahnprothesenträger dürfen keine Haftmittel verwenden
- » **Keine stark riechenden Körperpflegeprodukte oder Parfüm verwenden**
- » Kommen Sie um 08:00 Uhr **NÜCHTERN** in die Interne Ambulanz (keinen Kaugummi, nicht rauchen)

**Die Untersuchung dauert bis zu drei Stunden.**

**Während der Untersuchung muss das Handy ausgeschaltet werden.**

## BEISPIELE FÜR MAHLZEITENGESTALTUNG AM VORBEREITUNGSTAG:

**Frühstück:** Weißbrot, Butter, Marmelade, auch Schinken oder Wurst, Kaffee, Tee

**Mittagessen:** Suppe, Fleisch oder Fischgerichte mit kleiner Beilage, wenig Gemüse, kleine Portion Salat, als Nachspeise Kompott oder Joghurt

**Abendessen:** Weißbrot (1 bis 2 Semmeln, Wurst, Käse, kein rohes Obst oder Gemüse (spätestens bis 17:00 Uhr, nicht zu ausgiebig)

**Bei positiven Testergebnissen besteht die Möglichkeit einer Ernährungsberatung im Klinikum.**