

Fachärzte für  
Innere Medizin und  
Gastroenterologie

Isartorplatz 4  
80331 München  
Tel +49 (0)89 215 79 215  
Fax +49 (0)89 215 79 218  
info@endoskopie-docs.de  
www.endoskopie-docs.de

## Vorbereitung auf Ihren H2 Atemtest

Um ein möglichst optimales Testergebnis zu erzielen, bitten wir Sie folgende Punkte vor der Durchführung Ihrer H2 Atemtest zu beachten.

### Vor der Untersuchung

- In den letzten 4 Wochen vor der Untersuchung sollten keine Antibiotika eingenommen werden um die Darmflora nicht zu verändern.
- In den letzten 4 Tagen vor der Untersuchung sollten sie auf säurehemmende Medikamente wie Omeprazol oder Pantoprazol verzichten. Alle anderen Medikamente dürfen Sie regulär einnehmen.

### Am Vortag der Untersuchung

- Nehmen Sie leicht verdaubare Kost wie Reis, Fisch, Fleisch oder zartes Gemüse zu sich.
- Verzichten Sie auf schwer verdauliche Lebensmittel wie Hülsenfrüchte, Zwiebel, Müsli oder Vollkornbrot.

### Am Tage der Untersuchung

- Bitte kommen Sie nüchtern zur Untersuchung.
- Ein Glas Wasser morgens nach dem Aufstehen ist möglich.
- Sie sollten 6 Stunden vor der Untersuchung nicht mehr rauchen.

### Während der Untersuchung

- Zur Untersuchung bekommen Sie ein Glas Wasser mit dem gelösten Zucker zu trinken.
- Der im Dünndarm nicht aufgenommene Zucker gelangt in den Dickdarm und wird von Bakterien abgebaut. Der dabei entstehende Wasserstoff wird über die Lungen abgeatmet.
- Um den Anstieg des Wasserstoffs zu bestimmen, wird in bestimmten Zeitabständen die H2 Konzentration in der Ausatemluft mit einem speziellen elektrochemischen Messgerät gemessen.
- Die Untersuchung dauert etwa 2-3 Stunden.
- Während des Tests bitte keine körperliche Aktivität und keinen Nikotinkonsum.

### Nach dem Test

- Nach der Untersuchung können Sie sofort wieder regulär essen und trinken.
- Durch die Zuckerlösung kann es zu Blähungen und Völlegefühl kommen. Dies legt sich normalerweise nach kurzer Zeit.
- Das Ergebnis der Untersuchung und die notwendige Ernährungsanpassung besprechen wir direkt nach der Untersuchung mit Ihnen.

**Ihr Praxisteam vom Isartorplatz – Ihre Gesundheit ist unsere Motivation**