



Liebe Eltern !

Dieses Merkblatt soll Ihnen die Untersuchung erklären und Ihnen helfen, am Tag der Untersuchung richtig vorbereitet zu sein.

H₂ – Atemtest (Nachweis von Wasserstoff in der Atemluft)

In der Atemluft des Menschen ist nur zu einem geringen Teil Wasserstoff nachweisbar. Durch bakterielle Verstoffwechslungsprozesse im Darm kann Wasserstoff entstehen, der über die Blutbahn zur Lunge transportiert wird und dort mit der normalen Atmung abgeatmet wird. Je nach getrunkenem Zucker (Kohlenhydrat) können Rückschlüsse auf die Verträglichkeit bestimmter Zucker (Laktose, Fruchtzucker, Sorbit), eine bakterielle Überbesiedlung im Dünndarm (Glukose), die Resorptionsfähigkeit des Dünndarms (Xylose) oder die Dünndarmpassagezeit (Laktulose) gezogen werden.

Sollte der Ausgangswert (wird vor Ort gemessen) zu **hoch** sein, kann der Test nicht durchgeführt werden.

- **Wenn Sie einen Termin haben zu diesem H₂-Atemtest :**
- **Bringen Sie bitte 300ml abgekühlten, ungezuckerten Kräuter- oder Hagebuttentee mit !**

Vorbereitung für den H₂ – Atemtest:

- 24 Stunden vor dem Test darf Ihr Kind folgende kohlenhydrat- und faserreichen Lebensmittel **nicht** mehr essen oder trinken:
Getreideprodukte, Früchte, Fruchtsäfte, Gemüse wie z.B. Karotten, Zucchini, Broccoli, Kartoffeln, Bohnen; alle Arten von Nüssen, alle Milchprodukte wie auch Käse, Joghurt, Butter, Milch...
- Was Ihr Kind als Mahlzeit bis zu 12 Stunden **vor** dem Test essen dürfen:
Gebratenes oder gedünstete Hühnchen (nur mit Salz und Pfeffer), gebratenen oder gedünsteten Fisch, einfachen, gekochten Reis, Eier, klare Hühner- oder Fleischbrühe
- Erlaubte Getränke am Abend vor dem Test:
Stilles Mineralwasser/Leitungswasser
- Am **Untersuchungstag** nicht mehr essen, trinken oder Kaugummi kauen!
- Keine Medikamente einnehmen (2 Wochen Pause bei Antibiotikaeinnahme !!!)
- **Zähne vor dem Test bitte nicht putzen, lediglich den Mund mit Wasser gut ausspülen!**

Testablauf:

Nach der ersten Atemprobe erhält Ihr Kind eine Zucker- bzw. Zitruslösung, die **zügig** getrunken werden muss !

Anschließend werden je nach Test in verschiedenen Abständen Atemproben genommen.

Die Untersuchung dauert ca. 3 Stunden(H₂-Atemtest).

Während dieser Zeit dürfen die Kinder nicht essen, trinken oder Kaugummis kauen.

Bitte melden Sie sich frühzeitig, falls Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen können!