

Tájékoztató H2 kilégzéssel teszt elvégzése előtt

(laktóz és fruktóz intolerancia kimutatása)

A vizsgálat **nem végezhető el** lázas állapotban, illetve **hurutos megbetegedés esetén**.

A vizsgálat **előtt két héttel** nem szedhető antibiotikum, probiotikum. **Egy héttel** a vizsgálat **előtt** elhagyandó az emésztésre ható gyógyszer szedése, valamint **két nappal előtte** a hashajtó szedése is.

A vizsgálat elvégzéséhez éhgyomri állapot szükséges, ezért étkezni, és inni sem szabad, még vizet sem!

A **vizsgálat előtti napon** már ne fogyasszon:

tejet, tejterméket, laktóz tartalmú élelmiszereket,
zöldséget, gyümölcsöt,
zsírral, olajjal készült ételeket, puffasztó ételeket, olajos magvakat,
kávét, alkoholt, szénsavas üdítőket, gyümölcslevet.

A **vizsgálat előtti este** 20:00 óráig még ehet (szénsavmentes víz, laktóz mentes felvágottak, margarin, rizs, burgonya, szárnyasok, halak, tojás, tészta, fehér lisztből készült péksütemények. 20:00 óra után már ne dohányozzon és ne egyen semmit, 21.00 órát követően már folyadékot se fogyasszon!

Vizsgálat előtti napon lefekvés előtt különösen **alaposan mosson fogat!**

A **vizsgálat reggelén** ne vegye be a reggeli gyógyszereit, ne használjon fogkrémet, szájvizet, ne egyen cukorkát, rágógumit és ne dohányozzon! Ne használjon szájfényt, rúzszt, ajakápolót, mivel a mérés értékét befolyásolhatja.

Fontos a **reggeli alapos, fogkrém nélküli fogmosás** (fogmosóvíz lenyelése nélkül), melyet **először felkeréskor**, majd **másodszor indulás előtt szükséges elvégezni**.

A vizsgálat **időtartama 2 óra**, ez idő alatt az Egészségházban kell tartózkodnia. Az oldat elfogyasztása után 15/30 percenként bele kell fújnia egy hidrogén szintet mérő műszerbe.

A vizsgálat időtartama alatt nem lehet enni, inni és dohányozni.

Pozitív teszt esetén javasolt felkeresni gasztroenterológus szakorvosunkat, valamint dietetikusunkat aki segítséget nyújt a megfelelő étrend összeállításában annak érdekében, hogy a panaszokat elkerülve, megfelelő tápanyagbevitelt biztosítson szervezetének.

Felhívjuk pácienseink figyelmét, hogy a vizsgálat elvégzése előtt elfogyasztott oldat, intolerancia esetén egész nap, akár még éjjel is okozhat panaszokat (haspuffadás, hascsikarás, hasmenés)!