



DR. SEBASTIAN **HUBER**
DR. FLORIAN **HOHLA**

Fachärzte für innere Medizin

Merkblatt zur Vorbereitung für den LACTOSE-Atemtest

Voraussetzungen:

- 4 Wochen vor der Untersuchung darf **keine Koloskopie** (Darmspiegelung), Irrigoskopie (Röntgen- Darmuntersuchung) und auch keine Darmspülung (Colon-Hydro-Therapie) stattgefunden haben.
- 4 Wochen vor der Untersuchung keine **Antibiotika** oder **Probiotika**!
- Folgende **Medikamente** können das Testergebnis ebenso beeinflussen und sollen, wenn möglich, ab dem Vortag abgesetzt werden: Protonenpumpenhemmer (=Säureblocker z.B. Pantoprazol/Omeprazol etc.), Prokinetika (z.B. Metoclopramid/Paspertin, Antacida (z.B. Rennie) und Medikamente gegen Durchfall oder zur Stuhlsorge (z.B. Laevolac), Aspirin. Übrige Medikamente können mit reinem Wasser am Untersuchungstag eingenommen werden.
- Sie sollten mindestens **14 Stunden nüchtern** sein (in dieser Zeit dürfen Sie außer Wasser nichts trinken).
- 2 Tage vor dem Test sollten Sie **sämtliche Milchprodukte** meiden (z.B. kein Joghurt, keine Käse, keine Butter, keine Milch für den Kaffee).
- Die **letzte Mahlzeit** vor dem Test sollte nicht zu ausgiebig sein. Blähenden Stoffe bzw. Ballaststoffe wie z.B. in Zwiebel, Lauch, Knoblauch, Kohl-, Kraut oder Bohnengemüse enthalten, sollten gemieden werden.

Folgender Speiseplan ist am Vortag der Untersuchung empfehlenswert:

Frühstück: Weißgebäck (Semmeln, Weißbrot), Schinken

Mittagessen: Klare Suppe mit Einlage (z.B. Nudeln, Grießnockerl, Reibteig), Gebratenes oder gedünstetes Fleisch oder Fisch mit Natursaft, Beilage (z.B. Kartoffeln, Reis oder Nudeln)

Abendessen: Suppe (z.B. mit Haferflocken, Grieß oder Reis), Schinken, Weißbrot

Getränke: Leitungswasser, Mineralwasser ohne Kohlensäure, Kräutertee (kein Früchtetee), Kaffee ohne Milch

- 12 Stunden vor dem Test sollte **nicht mehr geraucht werden** und **kein Kaugummi** gegessen werden.
- Die Zähne dürfen am Untersuchungstag nur **ohne Zahnpasta** geputzt werden.
- Prothesenträger dürfen am Untersuchungstag kein Haftmittel verwenden.
- Am Morgen des Tests sollten sie noch **ein Glas heißes Wasser** trinken, damit die Darmperistaltik angeregt wird.

Ablauf der Untersuchung:

1. Atemtest.
2. Trinken von Fruchtzucker-Lösung.
3. Nach 15 Minuten Atemtest.
4. Nach 30 Minuten Atemtest.
5. Nach 45 Minuten Atemtest.
6. Nach 60 Minuten Atemtest.
7. Nach 1,5 Stunden Atemtest.
8. Nach 2 Stunden Atemtest.

Bitte rechnen Sie für diese Untersuchung mit einem Zeitaufwand von ca. 2,5 Stunden

