



Vorbereitung des H₂-Atemtests

Bei Ihrem Kind wird ein H₂-Atemtest durchgeführt, um zu klären, ob eine Aufnahmestörung (Malabsorption) von Laktose oder Fruktose im Darm vorliegt.

Testdurchführung:

Ihr Kind bekommt in Wasser gelösten Milchzucker oder Fructose zu trinken. Bei einer Unverträglichkeit entstehen Darmgase die in der Atemluft gemessen werden können. Dazu werden die Atemgase im Abstand von 30 Minuten gemessen. Wenn eine Unverträglichkeit für Milchzucker oder Fructose vorliegt, kann es während oder nach der Untersuchung bei Ihrem Kind zu Blähungen, Durchfällen oder Bauchschmerzen kommen.

Vorbereitung auf den Test:

1. **Zwei Wochen vor dem Atemtest:** keine antibiotische Therapie
2. **Zwei Tage vor dem Atemtest:** faserarme Ernährung, Schonkost!
 - Nicht erlaubt sind: Vollkornprodukte, Gemüse, Obst, Honig
 - Bei Laktose- Atemtest: keine Milch
 - Bei Fruktose- Atemtest: keine Obstsäfte
 - Erlaubt sind: weisser Reis, Weissbrot, Graubrot, Nudeln, Butter, Margarine, Nudelsuppe
3. **Am Abend vor der Untersuchung:** letzte feste Mahlzeit um 18:00 Uhr
 - anschliessend nur noch klare Flüssigkeit
4. **Am Morgen der Untersuchung:** nüchtern bleiben!
 - keine Zähne putzen, kein Kaugummi, kein Wasser

Der Atemtest dauert 2-3 Stunden. In dieser Zeit werden halbstündlich Atemproben genommen. Beschwerden (Bauchschmerzen, Durchfall), die während oder nach dem Atemtest auftreten, bitten wir Sie, uns mitzuteilen.