

PATIENTINNEN INFORMATION

Atemtests auf Laktose-, Fruktose-, Sorbit-Unverträglichkeit und bakterielle Dünndarmfehlbesiedelung

ALLGEMEINE INFORMATION:

Der Atemtest dauert bis zu 3 Stunden. Zwischen den einzelnen Atemtests sollte ein Abstand von ca. 1 Woche sein, um eine Verfälschung der Testergebnisse zu vermeiden!

Sollte es während der Untersuchung zu Beschwerden wie z.B. Übelkeit, Bauchschmerzen, Blähungen oder Durchfall kommen, so geben Sie dies bitte der MitarbeiterIn bekannt.

BITTE BEACHTEN SIE FOLGENDE HINWEISE ZUR VORBEREITUNG!

Am Vortag der Untersuchung:

- **keine** blähenden Nahrungsmittel
- **keine** Vollkornprodukte, kein Müsli
- **keine** Hülsenfrüchte, keine Kohlartern
- **keine** Nüsse
- **kein** Obst, keine Kompotte, Marmeladen und Trockenfrüchte
- **kein** Alkohol, keine kohlenensäurehaltigen Getränke, keine Frucht- und Gemüsesäfte
- **keine** Milchprodukte (auch keine laktosefreien Milchprodukte)
- **keine** Salate mit fertigen Dressings
- **keine** Süßigkeiten (keine Kuchen, Kekse, Eis, ...)
- **keine** Fisch- und Meeresfrüchtekonserven
- **kein** Kalb-, Rind-, Schweinefleisch
- **keine** Wurst, kein Speck
- **kein** Wild
- **keine** Kohlenhydrate wie z.B. Nudeln, Vollkornreis, Kartoffeln, Brot und Semmeln
- **kein** Zucker

Unsere Empfehlung:

- ungesüßter Kräutertee, Wasser ohne Kohlensäure, ungesüßter schwarzer Kaffee
- Huhn, Pute oder Fisch gedünstet, gebraten in Öl oder im Rohr
- grüner Salat ohne Essig oder Balsamico
- gedünstete und gebratene Zucchini
- Avocado
- Eier
- klare Hühner- oder Rinderbrühe
- weißer Jasmin- oder Basmatireis (nur eine kleine Portion)

14 Stunden vor der Untersuchung:

nichts mehr essen

12 Stunden vor der Untersuchung:

keine Flüssigkeitszufuhr außer Wasser, kein Nikotin, kein Kaugummi, keine Zuckerl

Am Tag der Untersuchung:

- beim Zähneputzen keine Zahnpaste verwenden
- keine Prothesenhaftmittel verwenden
- nüchtern ins Labor kommen
- keine vermehrte körperliche Aktivität
- keine Nahrungs- oder Flüssigkeitsaufnahme während der Testdauer
- absolutes Rauchverbot

Weiters gilt:

- Abführmittel, Magenschutz, Pro- oder Präbiotika (Omniflora, Omnibiotica o.ä.): **1 Woche** vor der Untersuchung absetzen
- Erkältungskrankheiten: sollten ca. **1 Woche** zurückliegen
- Antibiotikatherapie, Coloskopie oder Röntgen-Darmuntersuchungen: sollten **4 Wochen** zurückliegen
- Darminfektionen: sollten **4 Wochen** zurückliegen

**Die Untersuchungen werden von den Krankenkassen nicht übernommen.
Über die genauen Kosten wird Sie unser Personal gerne vorab informieren.**