

Vorbereitung des Patienten für den Wasserstoff- und Methanatemtest mit dem **Gastrolyzer®**



Dies ist ein Protokollvorschlag. Andere Protokolle können zur Verfügung stehen.

Vier Wochen vor dem Test

- Stellen Sie sicher, dass innerhalb des vierwöchigen Zeitraums vor dem Test keine Antibiotika eingenommen wurden
- Die Durchführung einer Koloskopie innerhalb von vier Wochen vor dem Test kann Kontraindikationen verursachen
- Die Durchführung einer Fluoroskopie innerhalb von vier Wochen vor dem Test kann Kontraindikationen verursachen

Eine Woche vor dem Test

- Keine Stuhlärter - oder -erweicher
- Keine Vitamine oder Nahrungsergänzungsmittel, die Fruktosearomastoffe oder Laktosefüllstoffe enthalten
- Keine Ballaststoff-Nahrungsergänzungsmittel, Imodium oder Pepto Bismol
- Prä- und Probiotika vermeiden
- Protonenpumpenhemmer und Wasserstoffblocker vermeiden

Drei Tage vor dem Test

Der folgende Diätplan enthält Nahrungsmittel, die bis zu drei* Tage vor dem Test gemieden werden müssen, und einen Diätvorschlag für die Zeit vor dem Fasten. Falls Sie unsicher sind, ob ein Nahrungsmittel zu meiden ist oder nicht, sollten Sie es am besten meiden, um sicherzugehen, dass es die Testergebnisse nicht verfälscht.

Zu meidende Lebensmittel

- Körner und Zerealien
- Milch und Molkereiprodukte
- Frucht- und Fruchtderivate
- Gemüse
- Nüsse, Samen und Bohnen
- Alle Lebensmittel und Getränke, die Maissirup mit hohem Fruktoseanteil enthalten, sowie zuckerfreie Nahrungsmittel, Ketchup, Honig, Senf, Mayonnaise usw.

Empfohlene Nahrungsmittel

- Brat- oder Grillhähnchen, Pute oder Fisch mit geringem Salzgehalt nur zum Würzen
- Dampfgegarter weißer Reis
- Eier
- Wasser

* Die empfohlene Diät sollte mindestens 24 Stunden lang eingehalten werden. Falls der Patient an Verstopfung leidet, vorzugsweise 2 bis 3 Tage, da die Darmassage verlangsamt ist.

12 Stunden vor dem Test

Die Patienten fasten mindestens 12 Stunden vor dem Test. Abgesehen von Wasser darf nichts verzehrt werden. Nehmen Sie am Morgen vor dem Test keine Medikamente ein, sondern bringen Sie alle verordneten Medikamente zu Ihrem morgendlichen Termin mit.^{4,5}

HINWEIS: Wenn Sie Diabetiker/in sind, verordnete Medikamente einnehmen oder an einem Zustand leiden, der durch den Diät- oder Fastenvorschlag verschlimmert werden kann, fragen Sie bitte Ihren Arzt, wie Sie vorgehen sollen.

Test-Tag

- Nehmen Sie keine Medikamente
- Nicht rauchen
- Nicht schlafen
- Keine Süßigkeiten
- Keine körperliche Anstrengung
- Kein Zahnersatz-Haftmittel
- Zwei Stunden vor dem Test können Sie sich die Zähne putzen
- Bitte bringen Sie alle verordneten Medikamente zum Test mit
- Bitte nehmen Sie sich ausreichend Zeit für Ihren Termin
- Ihr Test kann bis zu drei Stunden dauern
- Sie können sich Lesestoff mitbringen, um sich während des Tests zu beschäftigen

Häufig gestellte Fragen: Vorbereitung des Patienten

Frage: Welche Medikamente sollte ich absetzen, bevor ich den Test mache?

Antwort: Nachstehend finden Sie eine Liste der Medikamente, die Sie vor dem Test nicht nehmen sollten, um die Testergebnisse nicht zu verfälschen³.

Zeitraum vor dem Test	Art der Medikamente
<ul style="list-style-type: none"> • 4 Wochen • 2 Wochen • 72 Stunden • 48 Stunden • 24 Stunden 	<ul style="list-style-type: none"> • Antibiotika • Probiotika • Laxativa • Prokinetika • Protonenpumpenhemmer (Prilosec, Nexium, Prevacid)

Frage: Wie führe ich Untersuchungen an Patienten mit Diabetes durch?

Antwort: Bei Insulinabhängigkeit kann nächtliches Fasten aus Gründen der Blutzuckerkontrolle nicht möglich sein. Generell wird empfohlen, die gewöhnliche Insulindosis zu halbieren. Im Zweifelsfall sollten Sie jedoch grundsätzlich Ihren behandelnden Arzt fragen. Die meisten Patienten kennen ihren eigenen Körper und bringen manchmal Glukosetabletten mit, für den Fall, dass sie das Gefühl haben sollten, ihr Blutzucker sei zu niedrig. Es ist jedoch immer am besten, in Bezug auf die Ernährung vorsichtig und pragmatisch vorzugehen⁴.

Antwort: Einem Diabetiker würden Sie eigentlich keine 50g Glukose verabreichen. Wir würden grundsätzlich Lactulose verwenden⁴.

Antwort: Diabetiker leiden manchmal an langsamer Magenentleerung. Deshalb kann es ratsam sein, den Patienten darauf vorzubereiten, für den Fall, dass es nicht zu einem Anstieg der Gaswerte kommt, 3-4 Stunden dazubleiben⁴.

Frage: Wie wirkt sich verzögerte Magenentleerung auf den Test aus?

Antwort: Wenn die oro-caecale Transitzeit verzögert ist, bedeutet dies, dass es im vorgesehenen Testzeitraum möglicherweise nicht zu einem Anstieg der Gaswerte kommt. Als Richtlinie für einen möglichen positiven Test sollten die Patienten am nächsten Tag unter Beobachtung bleiben, um festzustellen, ob sich nach dem Test signifikante Symptome entwickelt haben².

Literatur

1. Saad, R. and Chey, W. (2014). Breath Testing for Small Intestinal Bacterial Overgrowth: Maximizing Test Accuracy. *Clinical Gastroenterology and Hepatology*, 12(12), pp.1964-1972.
2. Chang, L., Lembo, A. and Sultan, S. (2014). American Gastroenterological Association Institute Technical Review on the Pharmacological Management of Irritable Bowel Syndrome. *Gastroenterology*, 147(5), pp.1149-1172.e2.
3. Rana, S. and Malik, A. (2014). Hydrogen Breath Tests in Gastrointestinal Diseases. *Indian Journal of Clinical Biochemistry*, 29(4), pp.398-405.
4. Dr Anthony R. Hobson, PhD - British Society of Gastroenterology
5. Ledochowski M. H2-Atemteste. Innsbruck: Ledochowski; 2008.