

Merkblatt für den Patienten für den H₂-Atemtest zum Nachweis einer Lactose-intoleranz (Milchzucker-Unverträglichkeit)

Die Untersuchung wird nur **von Montag bis Donnerstag** am Labor für Klinische Pathologie des KH Brixen durchgeführt.

Eine **Vormerkung** ist erforderlich: entweder telefonisch (Tel.: 0472-813200) oder direkt am Labor-schalter jeweils von Montag bis Freitag von 10.00-15.00 Uhr.

Die Testdurchführung dauert **3,5 Stunden**, daher muss der Patient sich **am vorgemerkten Tag um 7.30 Uhr** am Schalter des Labors einfinden.

Beim Test wird eine bestimmte Menge Milchzucker (Lactose), in Wasser aufgelöst, getrunken, in der Folge wird in bestimmten Zeitabständen (nach 20, 40, 60, 90, 120, 150 und 180 min.) ausgeatmete Luft zur Messung ihres H₂-Gehaltes gewonnen.

Während oder nach der Belastung können **Nebenwirkungen** (Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall, Brechreiz) auftreten: da das Auftreten solcher Nebenwirkungen für die Diagnostik relevant ist, müssen diese entweder direkt der Schwester oder im Anschluss telefonisch dem Labor mitgeteilt werden.

Folgende **Hinweise** und **diätetische Richtlinien** müssen beachtet werden:

- **10 Tage** vor der Untersuchung sind eventuelle **Antibiotika abzusetzen**; ihre frühere Einnahme muss mitgeteilt werden;
- **2 Tage** vor der Untersuchung ist eine **Diät** einzuhalten, **nicht erlaubt** sind folgende Lebensmittel:
 - Milch: Kuhmilch, Vollmilch, voll- oder teilentrahmte Milch, Milch anderer Säugetiere, Trockenmilchpulver.
 - Milchprodukte: Käse (Frisch-, Schnitt-, Hartkäse), Sahne, Buttermilch, Molke, Butter, Joghurt.
 - Lebensmittel, die Milch oder Milchprodukte enthalten können: Brot (erlaubt sind Ciabattine, Ölbrot), Eis, Suppenpulver, Kekse, Pudding, Torten, Brioches, Schokolade, Wurstwaren.
- **1 Tag** vor der Untersuchung soll die **Ballaststoffzufuhr** reduziert werden; Gemüse, Obst, Hülsenfrüchte und Vollkornprodukte sind daher zu meiden.
- die Untersuchung muss **nüchtern** durchgeführt werden (8 Stunden Nahrungskarenz);
- vor und während der Untersuchung darf **nicht geraucht** werden.

Hinweis: Nudeln und Reis (nicht Vollkorn!), Fleisch und Fisch dürfen gegessen werden.

Foglio informativo per il paziente riguardo al breath-test all'idrogeno per la diagnosi di intolleranza al lattosio

L'esame viene eseguito **da lunedì a giovedì** presso il Laboratorio di Patologia Clinica dell'Ospedale di Bressanone.

È necessaria una **prenotazione**: o per via telefonica (tel: 0472-813200) o direttamente presso lo sportello in laboratorio dal lunedì al venerdì dalle ore 10.00 alle ore 15.00.

L'esecuzione dell'esame dura **3,5 ore**, per cui il paziente deve presentarsi allo sportello del Laboratorio **il giorno prenotato alle ore 7.30**.

Il test consiste nell'assunzione orale di una quantità definita di lattosio e nella seguente raccolta, in tempi definiti (dopo 20, 40, 60, 90, 120, 150 e 180 min.), dell'aria espirata, per la misurazione del contenuto di idrogeno.

Durante e/o dopo il carico possono comparire **effetti collaterali** (dolori addominali, meteorismo, diarrea, nausea): siccome la comparsa di tali sintomi sono di rilevanza diagnostica, debbono venir comunicati direttamente all'infermiera o – in seguito – per via telefonica al Laboratorio.

Le seguenti **indicazioni** ed **istruzioni dietetiche** devono essere osservate:

- **10 giorni** prima dell'esame devono essere **so-spesi** eventuali **antibiotici**; una precedente assunzione deve essere comunicata;
- **2 giorni prima dell'esame bisogna seguire una dieta ed evitare i seguenti alimenti**:
 - Latte: latte vaccino; latte intero, parzialmente o interamente scremato; latte di altri mammiferi, latte in polvere.
 - Derivati del latte: formaggio (fresco, al taglio o duro), panna, latticello, siero di latte, burro, yoghurt.
 - Alimentari, che contengono latte o latticini: pane (solo ciabattine o pane all'olio), gelato, minestra in polvere, biscotti, torte, brioches, budino, cioccolata, salumi.
- **1 giorno prima dell'esame** è da ridurre l'apporto di **fibre alimentari**; verdura, frutta, legumi e prodotti integrali sono quindi da evitare;
- l'esame deve essere eseguito **a digiuno** (8 ore di digiuno alimentare);
- **non** si deve **fumare** né prima né durante l'esecuzione dell'esame.

Avviso: si può mangiare pasta e riso (non integrali!), carne e pesce.