

Gastroenterologische Gemeinschaftspraxis  
Dr. med. Wolfgang Willareth  
Dr. med. Joachim Siedl  
Alte Waibstadter Str. 2c, 74889 Sinsheim

## **Merkblatt zum H<sub>2</sub>-Atemtest:**

Liebe Patientin, lieber Patient!

Der H<sub>2</sub>-Atemtest ist eine einfach durchzuführende und schmerzlose Untersuchung. Er kann zur Diagnostik verschiedener Verdauungsstörungen herangezogen werden. Sie müssen hierzu auf nüchternen Magen eine Testsubstanz trinken z.B. 2 Gläser Milchzucker- oder Traubenzuckerlösung.

Werden diese Zucker von Ihrem Dünndarm nicht aufgenommen, so werden sie durch Darmbakterien aufgespalten, wobei u.a. gasförmiger Wasserstoff (= H<sub>2</sub>) entsteht. Dieser gelangt vom Darm über das Blut in kurzer Zeit in die Ausatemluft und kann dort (ähnlich wie der Blutalkoholspiegel) bestimmt werden.

Dies erfolgt üblicherweise in 4 Messungen (Dauer je 70 Sekunden) bis 2 Stunden nach Einnahme der Testlösung. In dieser Zeit dürfen sie keine weitere Nahrung oder Getränke zu sich nehmen.

Damit der Test verlässliche Ergebnisse erbringt, müssen Sie im Vorfeld folgende Dinge beachten bzw. meiden:

- mindestens **2 Wochen** vorher: Keine **Kontrastmitteluntersuchungen** des Magen-Darm-Trakts, keine **darmreinigenden/abführenden** Maßnahmen.
- mindestens **1 Woche** vorher: Keine Einnahme von **Antibiotika**
- ab dem **3. Tag** vorher: Keine **Hülsenfrüchte, Pilze, Kraut** oder andere schwer verdauliche Kohlenhydrate, keine **Quellmittel** wie indische Flohsamen oder Weizenkleie, keine Einnahme von sog. **Protonenpumpenblockern** (zB.Omep(razol), Antra, Agopton, Nexium, Pantozol, Pariet, Ulnor)
- ab **12 Stunden** vor dem Test: **Zigarettenrauchen** einstellen
- ab **12 Stunden** vor dem Test: **nüchtern bleiben**, keine Einnahme von sog. **H<sub>2</sub>-Blockern** (zB. Ranitidin, Ranitic, Sostril u.a.).

Unmittelbar vor Einnahme der Testsubstanz erfolgt in der Praxis eine gründliche Mundspülung mit Wasser.